ہندوستانی گھروں میں تیمارداری

یعنی

ین ہوم نرسنگ مصنفۂ میجر آر جے بلیکھم صاحب بہادر

کا

اردو ترجمہ

جو

مصنف ممدوح کی اجازت سے بہ حکم و نگرانی

علیا حضرت نواب سلطان جہان بیگم صاحبہ تاج ہند

جی، سی، ایس، آئی، و جی، سی آئی ای

فرمانروائے بھوپال ادام اللہ بالعز والاقبال

کیا گیا اور

مطبع عام مفید آگرہ میں باہتمام محمد قادر علیخان صوفی چھپا

دیباچہ مصنف

سلطنت ہندوستان کے تمام حصص سے ایک ضمنی کتاب (کیمپنین والیوم) متعلق انڈین مینول آف فرسٹ ایڈ تحریر کرنے کے لیے جو درخواستین آئی ہین اُن کی وجہ سے یہ کتاب تیار کی گئی ہے۔

مصنف اپنے مشہور ساتھی لفٹنٹ کرنل سر جیمس رابرٹس نائٹ۔ سی۔ آئی۔ ای۔ کا بہت زیادہ احسان مند ہے جنھون نے نہایت مہربانی فرما کر (میرے) مسودہ کو پڑھا اور اپنے انڈین نرسنگ (ہندوستانی تیمارداری) کے پختہ تجربہ سے مجھکو نفع پہونچایا ہے۔

یہ کتاب آیندہ آل انڈیا ایمبولینس کمپٹیشن (مقابلہ کے امتحانات) کے نصاب کے لیے کام آیگی یہ کتاب (انڈین ہوم نرسنگ) نہ صرف لکچرارون اور جماعتون کے لیے ہی مفید ہوسکتی ہے بلکہ ایسے اشخاص کیلئے بھی مفید ہوسکتی ہے کہ جو اس وسیع سلطنت کے ایسے مقامات مین موجود ہون جو بڑے مقامات سے علیحدہ ہون اور جن کو بلا کسی سابقہ تعلیم یا تجربہ کے گرم ملک کی بیماریون کے مریضون کی تیمارداری کرنی پڑے۔

دستخط

آر۔ جے۔ بی

مقام چھوٹا شملہ۔ شملہ۔ مورخہ ۲۵۔ اگست ۱۹۱۳ء

سینٹ جان ایمبولنس۔ ایسوسی ایشن

ہوم نرسنگ کے متعلق لکچرون کا نصاب

لکچر نمبر ۱

مریض کا کمرہ

تمھیدی امور کمرہ کا انتخاب ۔ تیاری اور صفائی پلنگ ۔ اور بستر آرایش ۔ گرمی پہونچنے اور ہوا اور روشنی آنے کے ذریعے ۔ لپٹی ہوئی پٹی اور اسکا باندھنا ۔

لکچر نمبر ۲

چھوت اور اوس کا دفعیہ

چھوت لگجانے والی اور غیر چھوت کی بیماریان ۔ مریض کا قرنطینہ ۔ ایک بخار کے مریض کی تاریخ ۔ ادویات دافع عفونت اور اونکی عملی کارروائی لپٹی ہوئی پٹی اور اوس کا باندھنا ۔

لکچر نمبر ۳

تیمارداری کی تفاصیل

نرس ۔ ملاقاتیون کے لیے قواعد

نرس کی ذاتی صحت کا انتظام ۔ مریضون کا ہاتھ منہ دھلانا اور اونکو کپڑے پہنانا ۔ بستر لگانا ۔ چادرون کا بدلنا ۔ ناتوان مریضون کو اُٹھانا ۔ مریضون کی خوراک ۔ خوراکِ ادویہ ۔ اور معمولی اشیار کا استعمال کرانا ۔ لپٹی ہوئی پٹی اور اوسکا باندھنا ۔

لکچر نمبر ۴

تیمارداری کی تفاصیل کا بقیہ

بیمار کا دیکھنا ۔ لرزہ ۔ نیند ۔ درد ۔ مریض کی نشست یا لیٹنے کا انداز جلد ۔ بھوک ۔ استفراغ ۔ کھانسی ۔ اور اخراج بلغم ادویہ کی تاثیر وغیرہ ۔ ٹمپیریچر لینا ۔ غسل ۔ زخم فراش ۔ سرسام ۔ مریض بچون کی تیمارداری طبیب اور سرجن کی آمد سے قبل کن چیزونکی تیاری کرنا چاہیے ۔ لپٹی ہوئی پٹی اور اوس کا باندھنا

لکچر نمبر ۵

مقامی ادویہ کا لگانا

پولٹس۔ سینک کیا جانا۔ چھالے اوٹھانا۔ مرہم۔ جونکین۔ گدے دار تیلیان باندھنا۔ پٹی باندھنا۔ ذاتی اور کنبہ کے متعلق حفظان صحت شدہ مریضون کا انتظام۔

لکچرارون کے لیے نوٹ

سینٹ جان ایمبولنس ایسوسی ایشن کے پانچ سرکاری لکچرون کیلئے مضمون حسب ذیل ابواب مین ملے گا۔

لکچر نمبر ۱	باب اول سے سوم تک
لکچر نمبر ۲	باب چہارم سے پنجم تک
لکچر نمبر ۳	باب ششم سے سیزدہم تک
لکچر نمبر ۴	باب چہاردہم سے ہفتدہم تک۔
لکچر نمبر ۵	باب ہشتدہم سے بست دوم تک۔

باب نمبر ۲۳ "لپٹی ہوئی پٹی اور اوس کا باندھنا" تمام پانچون لکچرون کے متعلق ضروری ہوگا۔

فہرست تصاویر

فہرست مضامین

نمبر ۱ - ہندوستان میں مریض کے کمرہ کی ترتیب

بسم اللہ الرحمٰن الرحیم

باب اوّل

مریض کا کمرہ

کمرہ کی درستی اور فرنیچر

مکان کے طرز تعمیر اور موقع وغیرہ کا اثر انسان کی تندرستی اور بقائے صحت پر بہت پڑتا ہے۔ مریض کا کمرہ کشادہ، ٹھنڈا، اور بلند ہونا چاہیئے۔ اوس مین ایک شیشہ دار دروازہ یا بڑی کھڑکی کا ہونا ضروری ہے کمرہ کے اندر کافی ہوا کے لئے ہندوستان مین کسی قسم کی کراس وینٹی لیشن Cross ventilation یعنی مقابل دروازون یا کھڑکیون کے ذریعہ سے ہوا کی آمد و رفت کی گنجایش رکھنی چاہیئے۔

چند امور ذیل مین درج کئے جاتے ہین جو خاص طور پر توجہ کے محتاج ہین۔

(۱) مریض کے کمرہ کی درستی اور صفائی (۲) فرنیچر (اسباب) (۳) پلنگ (۴) بستر (۵) کمرہ کو سرد کرنا اور گرم کرنا (۶) روشنی

(۷) وینٹی لیشن Ventilation ذرایع آمدورفت ہوا

ا - کمرے کی درستی اور صفائی | مریض کے کمرہ مین ان باتون کا ہونا ضروری ہے

(۱) کمرہ مناسب موقع پر ہو (۲) پورے طور پر صاف ہو (۳) ہوادار اور خشک ہو (۴) سلیقہ کے ساتھ ضروری سامان سے آراستہ ہو (۵) حتی الامکان اسباب وسامان کم ہو۔ دیوارین گرد وغبار سے صاف ہون۔ اور لکڑی کا بنا ہوا جسقدر سامان ہو اُس کی صفائی اس طرح کی جائے کہ ایک چمچہ خرد کری سول Cresol ایک پائنٹ (تقریباً آدھ سیر) پانی مین حل کرلیا جائے اور اس مین ایک صاف کپڑہ تر کرکے اوس سے تمام سامان کو پونچھ دیا جائے۔

(۱) کمرہ کا موقع | مریض کے لئے جس کمرہ کا انتخاب کیا جاوے وہ کمرہ اوس مکان کے دوسرے رہنے والون کے کمرون سے علیحدہ ہو اور متعدی امراض مین تو اس کا لحاظ نہایت ضروری ولابدی ہے لیکن دیگر امراض کے مریضون کو بھی اوسی صورت مین آرام ملتا ہی جبکہ اُن کا کمرہ سب سے علیحدہ ہو۔ لوگون کے چلنے پھرنے یا بولنے سے مریض کو تکلیف ہوتی ہے۔

(۲) صفائی | مریض کو جس کمرہ مین رکھنا ہو اُس کی صفائی مین امور ذیل کا لحاظ ضرور ہونا چاہیئے۔

الف - کمرہ کے اندر کا اسباب۔

ب - دیوارین۔

ج - فرش اور چھت -

الف - کمرہ کے اندر کا اسباب | مریض کے لیے جو کمرہ تجویز کیا گیا ہو اُس کو سب سے
پہلے بالکل خالی کر دینا چاہیئے - اور جو چیزین اور سامان غیر ضروری ہو
اُس کو نکال کر دوسری جگہ رکھدینا چاہیئے تا کہ کمرہ کے اندر صرف ایک
پلنگ اور اُس کے متعلقہ سامان کے سوا کچھ نہ رہے - دیوارون پر اگر
تصویرین یا دیگر آرائشی چیزین ہون اُن کو بھی اُتار لینا چاہیئے - فرنیچر مثلاً
جسقدر خانہ دار الماریان صندوق وغیرہ جو کچھ کمرہ کے اندر رکھے ہونگے
اوسیقدر کمرہ کے اندر ہوا کی مقدار کم ہوگی - دریان پردے دیگر پارچہ جات
جو غیر ضروری ہون اُن کو باہر نکال لیا جائے - دیوار کی الماریان جو کمرہ
کے باہر نہین لائی جا سکتی ہین بالکل خالی کر دی جائین - کپڑے وغیرہ
نہ صرف جگہ گھیرتے ہین بلکہ اُن مین مختلف اقسام کے جراثیم کو چھپنے کا موقع
بھی ملتا ہے - اگر مریض کسی متعدی مرض مین مبتلا ہے یا کوئی سنگین
جراحی عمل ہونے والا ہے تو دیوارون کی تصویرین یا اور معلق آرائشی
سامان اُتار لیئے جائین کیونکہ اُن کے چوکھٹون مین گرد و غبار جمع رہتا ہے
جس مین جراثیم کی پیدائش اور افزائش ہوتی ہے -

ب - دیوارین | دوسرا کام یہ ہے کہ تمام دیوارین نیچے سے اوپر تک خوب
صاف کی جائین جس کی ترکیب یہ ہے کہ ایک صاف کپڑے کو پانی مین تر
کر کے بانس مین باندھ کر چھت سے لیکر نیچے کی دیوارین کونہ کونہ اور گوشہ
گوشہ تک پونچھ دی جائین - یہ کام محض سرسری طور پر نہ کیا جائے بلکہ

ہوشیاری اور احتیاط کے ساتھ کیا جاے دیوارون کے طاقون
اور اُن کی الماریون کے خانون مین سب پر ایک دو بار کپڑا پہونچ جانے
تاکہ کارنس Cornice اور دیگر دیوارون مین جڑی
ہوئی اشیا یا جن کا منتقل کرنا غیر ممکن ہو پورے طور پر گرد و غبار سے
صاف ہو جائین دروازہ دار الماریان - خانہ دار صندوق ہاتھ منہ دہونے
کے اسٹینڈ (جس پر سلفچی رکھتے ہین) وغیرہ سب کمرہ کے باہر کر دئے جائین
اور وہ گیلے کپڑے سے اچھی طرح سے صاف کر دے جائین -

(ج) فرش | مکانات کے فرش کی صفائی نہایت احتیاط سے
کرنی چاہیئے اس کی ترکیب یہ ہے کہ اول فرش پر چاء کی گری ہوئی
سبز پتیان پھیلا دی جائین بعد ازان کسی جھاڑو سے ستھرائی کی جاے
مریض اگر متعدی مرض مین مبتلا ہے تو جسقدر گرد و غبار نکلے ٹین کے
برتن مین اُٹھا کر آگ لگا دی جاے -

پہاڑی مقامات یا جدید طرز کے بنگلون کے فرش عمدہ ہوتے ہین -
اُن کی صفائی معمولی طور پر برُش پھیر دینے سے ہو جاتی ہے لیکن
جہان کے فرش بہ آسانی صاف نہ ہو سکتے ہون یا فرش چٹائی وغیرہ
کا ہو تو روزانہ جھاڑو سے ستھرائی کی جائے - اور متعدی امراض جن کا
تذکرہ کتاب ہذا کے باب چہارم مین کیا گیا ہے اُن کے زائل ہو جانے
کے بعد چٹائی کو تبدیل کر کے سابقہ چٹائی کو جلا دینا چاہیئے -

۲ - فرنیچر | جہان تک ممکن ہو مریض کے کمرہ مین ضرورت سے زائد

فرنیچر نہ ہو غیر ضروری فرنیچر سب کمرہ کے باہر کر دیا جاوے اور جو کمرہ مین ہو وہ ایسا سادہ ہو کہ بہ آسانی اور پورے طور پر وقتاً فوقتاً صاف کیا جا سکے

اونی ملبوسات اور اونی پردون وغیرہ مین بدبو اور متعدی امراض کے ذرّے بہ نسبت سوتی پارچون کے عرصہ تک رہتے ہین۔ اسلئے دبیز اُونی پردے مریضون کے کمرون مین نہ لگانے چاہئین۔ ململ یا کسی دوسرے پارچہ کے پردے جو بہ آسانی دہوئے جا سکین بہت موزون ہوتے ہین۔ پلنگ کے پردے اور جھالرین ہرگز نہ لگائی جائین۔ اِن سے یہ نقصان ہوتا ہے کہ ہوا کی آمد رفت رُک جاتی ہے بجائے قالین کے دریان کمرہ مین بچھائی جائین تو مناسب ہے اِن کے اُٹھانے اور بچھانے مین دقت نہین ہوتی اور صفائی کرنے مین آسانی ہوتی ہے اور بمقابلہ قالین کے ایک حیثیت سے دریان اور بھی بہتر ہوتی ہین۔ یعنی آسانی سے دہوئی جا سکتی ہین۔

فرش پر کوئی چیز ضرور بچھی ہوئی ہونی چاہیئے تاکہ چلنے پھرنے مین آواز نہ ہو اسلئے بھی دریان بہت موزون ہوتی ہین۔

۳- پلنگ | مریض کا پلنگ کمرہ مین ایسے موقع سے رکھا جاوے کہ تازہ اور صاف ہوا اُس پر ہو کر گذر سکے تاکہ اُس سے کثافت دور ہوتی رہے۔ دیوار سے ملا کر پلنگ نہ بچھایا جاوے۔ پلنگ اور دیوار کے درمیان کچھ فصل رکھا جانا ضروری ہے تاکہ ہوا کی آمد و رفت رہے اور تیمارداروں کو پلنگ کے داہنے بائین آنے جانے مین آسانی ہو

علالت کا سلسلہ اگر عرصہ سے ہو تو سرہانے کی جانب دیوار سے فصل ہونا اور بھی ضروری ہے اس مین یہ فائدہ ہے کہ لاغر اور ناتوان مریض کو سرہی کی جانب سے تیماردار ہاتھ کے سہارے سے اُٹھاتے بٹھاتے یا کروٹ بدلواتے ہین علاوہ اسکے ہوا کے آتے جانے کیلئے پلنگ کے ہر طرف کافی گنجایش ہونے سے تازہ اور صاف ہوا بلا روک آتی جاتی رہتی ہے۔ اور تیماردار بھی باسانی پلنگ کے چارون طرف آجا سکتے ہین۔

پلنگ کی پائنتی کھڑکی کی طرف نہ ہونی چاہیئے یعنی مریض کا منھہ بالکل کھڑکی کے مقابل نہ رکھا جاسے تاکہ تیز روشنی اوسکو ناگوار نہ گزرے۔

اگر علالت کا سلسلہ عرصہ سے جاری ہے تو مریض کے کمرہ مین ایک زائد پلنگ بھی رکھا جائے تاکہ جب پلنگ کے صاف کرنے یا بستر بدلنے کی ضرورت ہو تو مریض کو اُٹھا کر فوراً اُس زائد پلنگ پہ لٹا دیا جائے اور اسکو تکلیف نہ ہو۔

متعدی مرض کی حالت مین بید کی باقیدہ کرسیان مریض کے کمرہ مین رکھی جائین۔ ان کرسیونکا رواج ہندوستان مین بہت عام ہے اس قسم کی کرسیان دافع عفونت ادویہ وغیرہ سے بہ آسانی دہوئی جاسکتی ہین البتہ "نرس" کے آرام کے لیے ایک کرسی گدیلے دار کم قیمت رکھی جاسے تاکہ یہ کرسی علالت کے بعد متعدی مرض مین بعد

استعمال جلادی جا سکے۔
مریض کے کمرہ مین ایک بڑی میز ہونی چاہیئے اور علاوہ اس کے
چھوٹی میز جس پر صاف باریک کپڑا پڑا ہو پلنگ کے قریب رکھی رہے
اس میز پر دواؤن کی شیشیان وغیرہ وغیرہ رکھی جائین۔ بڑی میز پر تیماردار
کے لکھنے کا سامان کاغذ پنسل ہو تا کہ وہ معالج کی اطلاع کرنے کے لیے
مریض کے متعلق ضروری یادداشت لکھ سکے۔
مریض پلنگ پر بیٹھنے کے قابل ہو تو کھانا رکھنے کے لئے بطور
ڈیسک Desk کے چھوٹی میز قریباً دو فٹ لانبی اور
ایک فٹ چوڑی اور ایک فٹ بلند ہونی چاہیئے یہ میز پلنگ کے
اوپر مریض کے سامنے رکھدی جاتی ہے اور اس پر مریض کے کھانے
چن دیے جاتے ہین اگر اس میز کا سامنے کا حصہ کسیقدر مدور شکل
مین تراش دیا جائے تو یہ مریض کے سینہ کے اور بھی قریب رکھی جاسکتی ہے۔
مریض کے کمرہ مین فرنیچر کی تعداد بلحاظ نوعیت مرض کے مقرر کیجاتی
ہے۔ متعدی مرض کی حالت مین مذکورہ بالا فرنیچر سے زائد کمرہ
مین نہ ہونا چاہیئے غیر ضروری اور نیز ایسی اشیاء جن کے ڈس ان فکٹ
Disinfect یعنی طبی طریقہ پر صاف کرنے سے
خراب ہو جانے کا اندیشہ ہو وہ کمرہ مین ہرگز نہ رکھی جائین۔

باب دوم

مریض کا پلنگ اور بستر

آہنی پلنگ ہمیشہ مریض کے لئے استعمال کرنا چاہیئے کیونکہ وہ بمقابلہ چوبی پلنگ کے بآسانی کھولا اور صاف کیا جا سکتا ہے۔ نواڑی پلنگ کا رواج ہندوستان مین بہت زیادہ ہے۔ لیکن اُس مین صرف یہ خرابی ہوتی ہے کہ جلد ڈھیلا ہو کر باعث تکلیف ہو جاتا ہے۔ پلنگ اور بستر کے متعلق امور ذیل کا لحاظ ضرور ہونا چاہیئے۔

۱ - پلنگ
۲ - موقع پلنگ
۳ - بستر

۱ - پلنگ | پلنگ کی لنبائی ساڑھے چھ فٹ اور چوڑائی تین فٹ ہونی چاہیئے چوڑا اور دوہرا پلنگ ہرگز نہ ہونا چاہیئے۔ اس لیے کہ مریض وسط مین ہوتا ہے اور اس کو ہلانے اور دُہلانے کھلانے یا کپڑا پہنانے مین کسی قدر دشواری ہوتی ہے لاسن ٹیٹ Lawson-Tait کے طرز کے بنے ہوئے آہنی تارون کا

پلنگ اس لئے بہت عمدہ ہوتا ہے کہ دیگر اقسام کی بناوٹ کے پلنگون
کی طرح اس مین گڑھا نہین پڑتا علاوہ اسکے ایک نفع یہ بھی ہے کہ پیچدار
آہنی چٹائیون کی طرح اسکی بناوٹ مین کیڑون مکوڑون کو چھپنے کا موقع
نہین ملتا کنوسس (یعنی کرمچ) کا ٹکڑا یا کوئی دری آہنی پلنگ پر
بچھا دینی چاہیئے تا کہ گدے کا غلاف زنگ سے خراب نہ ہونے پائے۔
گدے مین ناریل کے جٹے یا روئی بھری ہوئی چاہیئے اور گدے کا
غلاف کسی سوتی کپڑے کا ہوتا کہ وقتاً فوقتاً اُس کو دھویا جاسکے۔ گدے
کے اوپر ایک باریک کمل بچھا ہونا چاہیئے۔ جس پر ایک سفید چادر ہو۔ اس
چادر کو گدے کے نیچے چارون طرف اس طرح سے موڑ دینی چاہیئے کہ اسمین
سلوٹین نہ رہنے پائین تا کہ مریض کو تکلیف نہ ہو۔ اگر چادر تنی ہوئی نہ ہو
یا اس مین سلوٹین پڑی رہین تو یہ نہ صرف مریض کے لئے باعث تکلیف
ہوگا بلکہ ممکن ہے کہ پیٹھ مین خراش پڑکر زخم ہوجائین۔ چنانچہ تیماردار کے
اول فرائض مین سے ایک یہ بھی ہے کہ بستر بالکل ہموار اور تنا ہوا رکھا گیا ہو
کے ہو۔ کمل کے اوپر چادر ایسے کپڑے کی ہو کہ جو بآسانی دھوئی جاسکتی
ہو۔ پر کے گدے مریضون کے لئے اس واسطے موزون نہین ہوتے
کہ وہ دھوئے نہین جاسکتے۔ تکیون پر سوتی پارچون کا غلاف چڑھا ہونا
چاہیئے۔ جھالردار گدے یا تکئے بعض گھرون مین استعمال کئے جاتے
ہین۔ لیکن مریض کے لئے یہ دونون نامناسب ہوتے ہین۔ بعض لوگ
پلنگ کے نیچے صندوق جوتے یا دیگر اشیا رکھدیتے ہین اور اُن کو

چھپانے کے لئے گدون کی جھالرین یا حاشیون کو نیچے تک لٹکا دیتے ہین۔ لیکن مریض کے پلنگ کے نیچے کوئی ایسی چیز نہ رکھی جاسے۔ مسہری کے پردے یا گدے کی جھالرین تازہ اور صاف ہوا کی آمدورفت مین مانع ہوتی ہین اور جس طرح مریض کے پلنگ کے اردگرد اور اوپر ہوا کا دور مفید ہوتا ہے اسی طرح نیچے کے نیسے بھی ہوا کا دور ضروری ہے۔
مشرقی ممالک مین چونکہ مچھرون کی کثرت ہوتی ہے اس لئے وہان مچھردانیان لوازمات مین سے ہین وہ مسہری کے ڈنڈون کے اندر لٹکی رہتی اور گدے کے چارون طرف مڑی رہنی چاہئین۔ مچھردانیان فرش تک لٹکی ہوئی نہ ہون اور پردے کی طرح دبیز نہ ہون بلکہ جال دار ہونی چاہئین۔ اُن مین کوئی راستہ یا درز نہین ہونی چاہیئے اور وہ خاصی تنی ہوئی ہونی چاہئین تاکہ ہوا داخل ہوسکے۔
تیماردار کا فرض ہے کہ وہ دیکھتا رہے کہ بستر مین شکن تو نہین پڑ نی یا پلنگ مین گڑھا تو نہین پڑ گیا۔ ہر قسم کے مریض کو ہموار بستر بہت آرام دہ ہوتا ہے۔
فریکچر بیڈس Fracture Beds سے مراد اُس پلنگ سے ہے جس پر ایسے مریض لٹائے جاتے ہین جن کی ٹانگ وغیرہ ٹوٹ جاتی ہے یا کمر کے جوڑ کھسک جاتے ہین۔ معمولی پلنگ مین گدے کے نیچے لکڑی کا تختہ جڑ دیا جاتا ہے یا نواڑ یا تار کی بناوٹ پر رکھدیا جاتا ہے

۹۔ پلنگ کا موقع | پلنگ کو کھڑکی اور آتش دان کے درمیان مین رکھنا چاہئے

تاکہ جب مریض پلنگ پر لیٹے تو اوس کے اوپر ہو کر ہوا گزرے لیکن یہ اصول اُن مکانوں مین قابل عمل ہو سکتا ہے جن مین آتش دان موجود ہون -

علاوہ ازین بعض اوقات چھوت لگنے کے خیال سے تیمار دار کو یہ بھی ہدایت کر دیتے ہین کہ اُس کو کھان کھڑا ہونا چاہیئے اور تیمارداری کس طرح کرنی چاہیئے کہ چھوت سے خود محفوظ رہے لیکن یہ سب تیمار داری کے نمائشی طریقے ہین عملی نرسنگ سے اُس کو کوئی تعلق نہین ہے - نرس کے لئے کسی قواعد وضوابط کی پابندی کی ضرورت نہین ہے اُس کو ہر طرح امکانی صورت مین مریض کی راحت وآرام کی تدابیر جو موقع ومحل کے لحاظ سے ضروری ہون کرنی چاہیئے اور چھوت وغیرہ لگنے کا خیال جہان تک خاص اُسکی ذات سے متعلق ہے اُس کے دماغ مین بھی نہ آنا چاہیئے - مریض کا پلنگ ایسی جگہ رکھنا چاہیئے کہ جہان تازہ ہوا بلا روک ٹوک آجا سکتی ہو لیکن پلنگ ہوا کے جھونکون سے بچا کر بچھانا چاہیئے اور ہندوستان کے لحاظ سے بہترین موقع پلنگ کے بچھانے کا یہ ہے کہ دروازہ اور کھڑکی کے درمیان مین بچھایا جائے البتہ یہ ضرور ہے کہ پلنگ بالکل دروازہ کے سامنے نہ ہو - کہ نوکر چاکر یا اور جو کوئی دروازہ کے سامنے ہو کر گذرے اُس کی نظر مریض پر پڑے -

ماحصل یہ ہے کہ مریض کے پلنگ کا بہترین موقع مندرجہ ذیل

ہونا چاہیئے۔

۱۔ سرہانا دیوار کی طرف ہو۔

۲۔ پلنگ کی پائینتی وسط کمرہ مین ہو۔

۳۔ دیوارون اور پلنگ کے درمیان مین کافی گنجایش تیماردار کے آنے جانے کے لیئے ہو۔

۴۔ ایسے موقع سے پلنگ بچھایا جاسے کہ دروازہ کھول دینے پر باہر سے مریض دکھائی نہ دے یعنی آڑ مین ہو۔

۵۔ تازہ اور صاف ہوا کی آمد ورفت مین کوئی چیز حارج نہ ہو اور ساتھ ہی مریض ہوا کے جھونکون سے بھی محفوظ رہے۔

۶۔ بستر روئی ناریل کے جٹے یا ایلوسے کے ریشے سے خوب ہموار بھرے ہوے گدے بھی بال کے گدون کے برابر آرام دہ ہوتے ہین علاوہ ازین یہ ہندوستان مین نہایت ارزان تیار ہو سکتے ہین۔ روئی کے گدے مین یہ فائدہ ہے کہ اگر کسی وجہ سے خراب ہو جائے تو وہ بہ آسانی نکال لی جاسکتی ہے اور گدے کا غلاف دھلا کر دوسری نئی روئی تھوڑے صرفہ مین اور آسانی سے بھری جاسکتی ہے۔

اوڑھنے کے کپڑے گرم اور ہلکے ہون رنگین کمل جن کا ہندوستان مین بہت زیادہ رواج ہے ہرگز استعمال نہ کئے جاوین۔ رنگین ہونے کی وجہ سے میل اور گرد ان مین جم جاتی ہے جو ظاہرا دکھائی نہین دیتی بھاری لحاف نہ استعمال کئے جانے کی وجہ یہ ہے کہ موٹے اور دبیز

ہونے کے سبب سے ابخرات نہیں نکلتے اور نہ کمل کے برابر اُن میں گرمی ہوتی ہے۔

گدے پر جو کمل بچھایا جاوے وہ طویل اور عریض ہونا چاہیئے تاکہ ہر طرف سے موڑ کر گدے کے نیچے دبا دیا جاوے اگر چھوٹا ہوا تو احتمال ہے کہ کروٹ وغیرہ بدلنے میں سرک جاوے اور مریض کے جسم میں خراش پیدا کرکے زخم ڈالدے اور یہ موسم سرما کے علاوہ استعمال نہ کیا جائے

اکیوٹ ریوماٹیزم Acute rheumatism

وجع مفاصل شدید سوا جسم کے نیچے اول چادر ہونی چاہیئے وجہ یہ ہے کہ کمل جب نم ہو جاتا ہے تو اس کا اثر مثل بلیٹس کے ہوتا ہے اور اس وجہ سے جلد پر زخم پڑ جاتا ہے پاؤں کو ہمیشہ گرم رکھنا چاہیئے اور جہانتک ممکن ہو سینہ پر لحاف وغیرہ کا بوجھ بہت کم ہو۔

تیمار داروں کو معلوم ہونا چاہیئے کہ بعض اوقات بخار کی آمد کی وجہ سے بھی بدن کانپنے لگتا ہے اور ہاتھ پاؤں سرد ہو جاتے ہیں۔ اس لیئے یہ ضروری نہیں ہے کہ جب یہ علامات نمودار ہوں تو لازمی طور پر مریض کو لحاف وغیرہ زائد اوڑھادئے جائیں۔ یا کمرہ خواہ مخواہ گرم کر دیا جاوے بلکہ اکثر حالتوں میں گرم پانی کی بوتل ڈاٹ لگا کر پاؤں کے تلوے سے لگا دینا بہترین طریقہ ہے۔ البتہ لرزہ کے بخار کی حالت میں زیادہ کپڑا اوڑھانے کی ضرورت ہوگی۔

آبی اور بادی بستر | بعض قسم کی بیماریوں میں پانی یا ہوا بھرے ہوئے

گدے استعمال کیئے جاتے ہین جنکے ملایم ہونے کی وجہ سے جسم مین خراش پیدا نہین ہوتی - ہوادار گدہ معمولی گدے کے اوپر بچھایا جاتا ہی اگر ضرورت سے زیادہ ہوا بھردی جاسے تو ملائمت جاتی رہتی ہے اور سخت ہو کر تکلیف دہ ہوجاتا ہے مناسب یہ ہے کہ اس پر کمل کی دو تہہ بچھا کر مریض کو لٹایا جاسے -

بعض اوقات فالج اور طویل علالتون مین مریض کو پانی بہرے گدون پر سلاتے ہین اسمین نوسے درجہ گرم فہرن ہائٹ Fahrenheit پانی بہرا جاتا ہے - بہت زیادہ گرم پانی نہ بہرنا چاہیئے اور جب ہٹانا مطلوب ہو تو پہلے پانی بالکل نکال ڈالنا چاہئے اور یہ دیکھنے کے لئیے کہ آیا پانی یا ہوا پورے طور پر گدے مین بہرگئی ہے یا نہین نرس کو امتحاناً خود لیٹ کر دیکھنا چاہیئے -

استعمال کے بعد دونون اقسام کے گدون کو پورے طور پر خشک ہو کر صاف کر لینا چاہیئے اور اس بات کی احتیاط رکھنی چاہیئے کہ آلپین وغیرہ سے اُن مین سوراخ نہ پڑ جاسئے -

مریض کے بستر کی بالائی چادرون اور نیز اوڑہنے کے کپڑون کو جلد جلد بدلتے رہنا چاہیئے وجہ یہ ہے کہ پسینے کے باعث ان مین نمی آجاتی ہے -

باب سوم

مریض کے کمرے کو گرم کرنا۔ ٹھنڈا کرنا

روشن کرنا۔ ہوادار کرنا

۱۔ گرم کرنا ہندوستان میں مریض کے کمرے کو گرم کرنے کے لیے کھلا ہوا آتشدان بہترین ذریعہ ہے کیونکہ اس سے علاوہ گرمی کے ہوا کا تبادلہ بھی ہوتا رہتا ہے۔ آہنی چولہے سے گرم کرنے مین بہت سے نقصانات ہین مثلاً ضرورت سے زائد گرمی پہونچنے سے کمرہ کی ہوا بہت خشک ہو جاتی ہے اور کبھی کبھی ہوا مین سمیت بھی پیدا ہو جاتی ہے آہنی سگری یعنی انگیٹھی جس مین لکڑی کا کوئلہ جلایا جاتا ہو ہرگز نہ استعمال کی جائے۔ لکڑی کے کوئلون کا دھوان بندکمرون کے لیے خاص طور پر خطرناک ہوتا ہے۔ اور نیز کھلے ہوئے کمرون مین اگر جلایا جائے تو درد سر پیدا کرتا ہے۔ انگریزی چولہے جن مین تیل جلایا جاتا ہے وہ بھی مریض کے کمرون کے لیے موزون نہین ہوتے ان سے مضر صحت ابخرات پیدا ہو کر ہوا کو کثیف کر دیتے ہین۔ پتھر کا کوئلہ اور

لکڑی جلانے کے لیے داگر استعمال کئے جائین) تو اُن کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر دیے جائین تا کہ وہ آسانی کے ساتھ ہاتھ سے اٹھا کر بلا کسی آہٹ کے چنے جاسکین۔ اور اسی وجہ سے آگ کو لکڑی سے (بجائے آہنی دست پناہ کے) کُریدنا چاہیئے۔

مریض کے کمرہ کا ٹمپریچر موسم سرما مین (۶۰) سے (۷۰) درجہ فہرن ہائٹ Fahrenheit ہونا چاہیئے اور موسم گرما مین جہان تک کم ہو بہتر ہے تیماردار کو معلوم رہنا چاہیئے کہ تمام دن و رات مین ایک بجے شب سے صبح کے چار بجے تک بمقابلہ دیگر اوقات کے زیادہ ٹھنڈ ہوتی ہے۔ چنانچہ موسم سرما مین ان ہی اوقات مین مریض کے کمرہ کو گرمی پہونچانے کی ضرورت ہوتی ہے۔

۲۔ ٹھنڈا کرنا | ہندوستان مین مریضون کے کمرون کو ٹھنڈا رکھنے کے لئے ہمارے اختیاری ذرایع یہ ہین:۔ کھینچنے کے پنکھے، چرخی کے پنکھے، بجلی کے پنکھے، خس کی ٹٹیان اس قدر عام ہین جو کسی مزید تفصیل کی محتاج نہین۔ یہ ضرور ہے کہ حرارت کم کرنے کے لئے یہ بہت کارآمد نہین ہوتے۔ لیکن عموماً یہ ہی ہر جگہ دستیاب ہوتے ہین تھرمنیٹی ڈوٹس Thermantidotes یعنی چرخی کے پنکھے اسکی ہوا کے ذریعہ کمرہ کو ٹھنڈا کرنا خالی از خطرہ نہین ہے اسکے استعمال کی وجہ سے نرس کو ہر وقت کمرہ کی حرارت پر نگاہ رکھنی پڑتی ہے۔

خس کی ٹٹیان بلاشبہ ٹھنڈ پہونچانے کے لئے بہترین ذریعہ ہین

لیکن یہ اُسی وقت کارآمد ہوسکتی ہین جبکہ گرم ہوا چلتی ہو۔ خس کی ٹٹیون
ہین جو پانی صرف کیا جاتا ہے اُس ہین اگر قدرے پرمنگنیٹ آف پٹاش
Permanganate of Potash ملا دیا جائے تو ٹٹیون کو
تروتازہ رکھنے کی علاوہ پانی کثافت کو کسیقدر دور کردیتا ہے۔ خوشبو کے
لیے قدرے سنی ٹاس Sanitas بھی پانی مین ملایا جاسکتا ہے
لیکن یہ کسیقدر گران ہے۔ بجلی کے پنکھے بہترین ذرایع کمرون کے ٹھنڈا
کرنے کے ہوتے ہین۔ لیکن افسوس ہے کہ ہر جگہ میسّر آنے دشوار ہین
جاسٹ۔ Jost کے پنکھے بجلی کے پنکھون کے قایم مقام ہوسکتے ہین
لیکن بعض مریضون کو اِس کی بو اور ہوا کے گرم ہونکے ناگوار ہوتے ہین۔

۳۔ روشنی منعم حقیقی نے سب سے پہلے جو نعمت دنیا کو عطا کی وہ
روشنی ہے۔ اور اوسکی تمام نعمتون مین بڑی نعمت یہی ہے۔
حیات اور روشنی۔ موت اور تاریکی توام ہین اور اس مقولے کو
مریض کے کمرہ مین ہونا چاہیئے۔ البتہ متعدی چند اقسام کے امراض ایسے
ہین کہ جن مین مریض کو اندھیرے مین رکھنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ مثلاً
آشوب چشم۔ دماغی امراض اور چیچک کے مریضون کو تاریک کمرہ مین رکھتے
ہین چیچک کے بعد آنکھین کمزور ہوجاتی ہین بصارت کو روشنی مضر ہوتی ہے
صرف یہی چند امراض ہین کہ جن کی تیمارداری تاریک کمرہ مین ہوتی ہے
البتہ بعض مستثنیات بھی ہین۔ مثلاً اگر کسی شخص کو درد شدید ہو رہا ہے تو اُسکو
روشنی اچھی معلوم نہ ہوگی یا اگر شب مین سونا نصیب نہین ہوا اور نیند سے

مخمور ہو رہا ہے تو اُس کو بھی روشنی خوشگوار نہین معلوم ہوگی اور وہ چاہیگا کہ دن مین کچھ دیر تک سو رہے اسلئے نرس کو لازم ہے کہ کمرے کے دروازونکو بند کردے تاکہ روشنی آنے نہ پائے ہندوستان کے بالائی حصص مین جہان موسم گرما مین سخت لو چلتی ہے اور سورج کی تپش زیادہ ہوتی ہے تو گرم ہوا سے بچنے کیلئے کمرونکو بند کردینا ہوتا ہے لیکن یہ کوئی ضروری نہین ہے کہ ان مین اندھیرا ہی کیا جائے ظاہر ہے کہ ایسے کمرے مریض کیلئے بُرے ہونے چاہئین

۴۔ وینٹی لیشن Ventilation اس سے مراد یہ ہے کہ تازہ اور صاف ہوا کی آمد اور کثیف و گندہ ہوا کا اخراج بلا روک ہوتا رہے۔

ہوا کے ترکیبی اجزا آکسیجن Oxygen اور نیٹروجن Nitrogen ہوا کے دو بڑے جزو ہین اول الذکر $\frac{1}{5}$ حصہ سے کچھ زیادہ اور آخر الذکر $\frac{4}{5}$ حصہ سے کچھ کم ہوتا ہے۔ علاوہ ان دونون کے دیگر اجزا بھی بہت خفیف مقدار مین پائے جاتے ہین مثلاً چار حصص فی دس ہزار مین کاربونک ایسڈ گیس Carbonic Acid Gas اور خفیف مقدار مین آبی بخارات وغیرہ ہوتے ہین۔

بند کمرے کی ہوا بہت جلد کثیف ہوجاتی ہے مریض اور تیماردار دونون ہر وقت سانس لیتے رہتے ہین سانس کے ساتھ جسم کے اندر آکسیجن جذب ہوکر کاربونک ایسڈ گیس اور دیگر کثیف مادے نکل کر شامل ہوجاتے ہین اور اس طور سے باہر کی صاف ہوا مین گندگی پیدا کرتے ہین۔ مریض کے جسمانی فضلات اور گندے زخمون کی پیپ آلودہ پٹیون سے بھی ہوا کثیف ہوتی رہتی ہے

علاوہ برین کمرہ کے اندر کے ہر ایک لیمپ سے جو آکسیجن صرف ہوتا ہے وہ انسان کے تنفس سے کہین زیادہ ہوتا ہے۔

مذکورہ بالا حالات سے ظاہر ہے کہ مریض کے جسمانی صفائی کا لحاظ کس قدر مقدم ہے۔ اور اس قابل ہے کہ ہمیشہ اِسکو مدنظر رکھا جائے۔ اور جو مفضلات خارج ہون یا پٹی وغیرہ جو آلودہ ہو جائین وہ بغیر کسی توقف کے مریض کے کمرہ سے باہر کردی جائین علاوہ ازین کثیف اور گندہ ہوا کے نکاس اور تازہ اور صاف ہوا کی آمد کا انتظام ہر وقت کرتے رہنا چاہیئے

وینٹی لیشن کے اصول | تازہ ہوا کی آمد و رفت کے اُصول یہ ہین۔

(۱) مریض کے کمرے کی ہوا قریباً اُسی قدر صاف ہونی چاہیئے جیسی باہر کی ہوا ہو۔ البتہ یہ لحاظ ہونا ضروری ہے کہ زیادتی ہوا کے باعث کمرہ کی حرارت کم نہ ہو جائے۔

(۲) مریض کے کمرہ کا ٹمپریچر ہندوستان مین (۶۵) سے (۸۰) درجہ فہرن ہائٹ Fahrenheit تک مقامی لحاظ سے رکھا جائے تو مریض کو آرام پہونچتا ہے۔

(۳) ذرایع آمد و رفت ہوا موزون اور اختیاری ہون تاکہ ایک گھنٹہ کے اندر کم از کم تین بار کمرہ کی کثیف ہوا خارج ہو کر بجائے اُس کے تازہ ہوا آجائے اِن اُصول پر کاربند ہونے کے لئے دو باتین قابل یاد رکھنے کے ہین (۱) ہوا گرم ہونے پر پھیلتی ہے یعنی زیادہ جگہ گھیر لیتی ہے۔ اور کچھ حصہ اُس کا دروازون اور کھڑکیون کی جوفون مین ہو کر کمرہ کے باہر ہو جاتا ہے (۲)

(۴) نتیجہ زیادہ جگہہ گھیرنیکا یہ ہوتا ہے کہ گرم ہوا بمقابلہ سرد ہوا کے زیادہ ہلکی ہوجاتی ہے چنانچہ گرم ہوا اوپر اور سرد ہوا وزنی ہونے کی وجہ سے نیچے ہوجاتی ہے۔

ہوا کے مخارج | ہندوستان کے مکانات مین کثیف ہوا کے نکلنے کے لیے تین راستے عموماً ہوتے ہین۔ ایک چمنی دار آتش دان دوسرے کھڑکیان تیسرے دروازے۔ چونکہ بمقابلہ صاف ہوا کے خراب ہوا ہلکی ہوتی ہے اسلئے وہ کمرہ کے بالائی حصہ مین پھیلتی رہتی ہے چنانچہ چھت کے قریب کی کھڑکیان جو ہمارے ہندوستان کے بنگلون مین بالعموم بنائی جاتی ہین ہر وقت کھلی رکھی جائین۔ اور نہ صرف موسم گرما مین بلکہ موسم سرما مین بھی کھلا رکھنا مناسب ہے تاکہ گرم و خراب ہوا برابر نکلتی رہے۔

دودکش انگیٹھیون کا اگرچہ ہندوستان مین استعمال کرنے کا بہت کم موقع ہوتا ہے لیکن جب کبھی استعمال ہوتی ہون اون کی چمنی کے ذریعہ سے خراب ہوا بخوبی نکل جاتی ہے۔ رات کو مریض کے کمرہ کا لیمپ دودکش انگیٹھی کے نیچے رکھا جائے تو بہترین موقع ہے بشرطیکہ اوس کا دیگر استعمال نہ ہو۔

ہوا کے مداخل | ہندوستان کے مکانات مین ہوا کے داخل ہونے کے صرف دو ہی ذرایع ہین ایک دروازہ دوسرے کھڑکیان۔

قبل ازین بتلایا گیا ہے کہ خراب ہوا کھڑکیون کے ذریعہ سے خارج ہوتی

رہتی ہے اور صاف و تازہ ہوا بھی انفیین کے ذریعہ سے داخل ہوتی ہے
چنانچہ ان کو کسی وقت بند نہ کرنا چاہیئے۔ جب کمرے کا دروازہ کھول
دیا جاتا ہے تو معاً تازہ ہوا کمرے کے اندر آنا شروع ہو جاتی ہے اور بند
ہونے پر بھی کچھ نہ کچھ ہوا دروازون کی درازون مین ہو کر آتی رہتی ہے
لیکن اگر مریض کے کمرہ کا دروازہ وسط عمارت مین ہو تو وہ صاف
ہوا کی آمد و رفت کے لئے ناکافی ہو سکتا ہے۔

کھڑکیان کھلی رکھے جانے پر اکثر مریضون کو ہوا کے سرد جھوکون کی
شکایت ہوتی ہے۔ نرس کو لازم ہے کہ وہ مریض کے راحت و آرام
کا خیال رکھے اور جب مریض کو ٹھنڈک یا ہوا کے جھوکون کی شکایت
ہو تو وہ اوسکو کوئی گرم پانی کی بوتل یا ایک اور اوڑھنے کا کمل دیکر اوسکی
تکلیف رفع کرے لیکن ساتھ ہی ہوا کی آمد و رفت کی بابت معالج کی
ہدایت پر عمل جاری رکھے۔

تازہ اور صاف ہوا کا مسئلہ بقاے صحت کے لئے ایسا ضروری ہے
کہ تیمارداروں اور نرسون کو ہر وقت اس کا لحاظ رکھنا لازم ہے اگر اس
مین کوتاہی کی گئی تو مرض مین زیادتی اور اندمال زخم مین تعویق اور صحت
ہونے مین تاخیر ہوگی۔ خراب اور صاف ہوا کا موازنہ بآسانی اسطرح ممکن ہے
کہ تیماردار باہر کھلی ہوئی جگہ مین جائے اور پھر مریض کے کمرے کے اندر واپس
آئے تو اُس کو قدم رکھتے ہی ایک قسم کی ناگوار بو محسوس ہوگی۔

باب چہارم

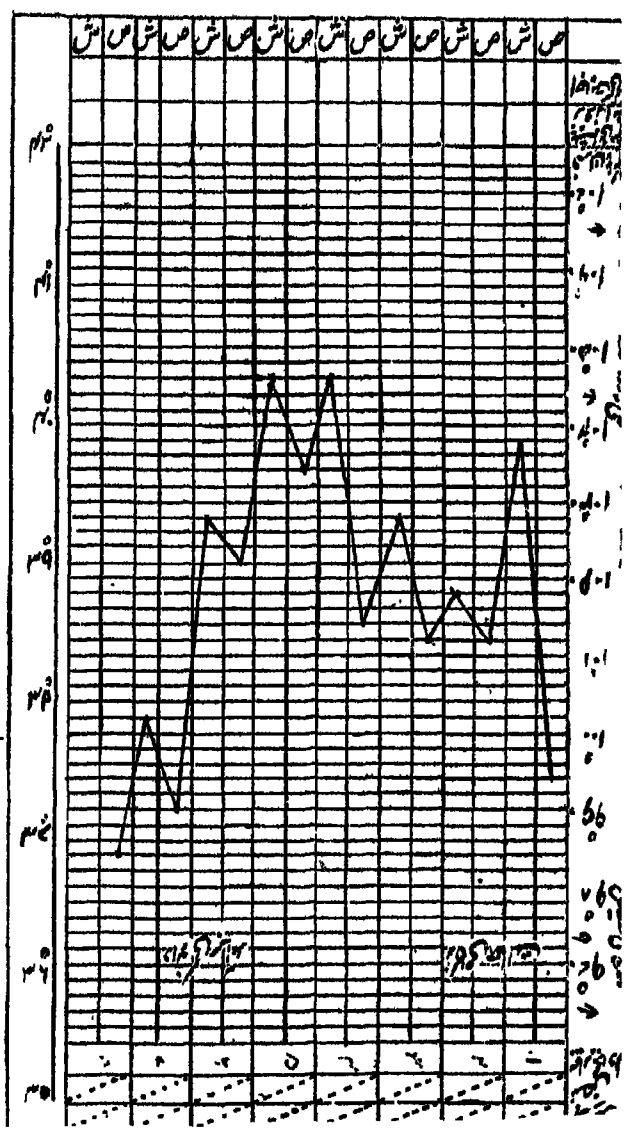
متعدی یا مُسری امراض

زمانہ سابق مین متعدی امراض دو قسم کے شمار کئے جاتے تھے۔ ایک وا امراض جو بلاواسطہ براہ راست ایک انسان سے دوسرے مین بذریعہ چھوت منتقل ہوتے ہین اور دوسری قسم سے مراد اُن مُسری امراض سے تھی کہ جن کے زہریلے مادے ہوا کے ذریعہ سے مریض کو بغیر چھوے منتقل ہوتے تھے۔ لیکن فی زمانہ اطبا نے اس تقسیم کو ترک کر دیا ہے کہ یہ امر بہت مشکل بلکہ قریب قریب محالات کے ہے کہ اس بات کا امتیاز کیا جاسکے کہ فلان مرض نے کن ذرایع سے سرائت کی ہے۔ چنانچہ تمام امراض جو وبا صورت اختیار کر لیتے ہین اور ایک انسان سے دوسرے مین چھوت کے ذریعہ سے منتقل ہوتے ہین وہ سب عموماً متعدی شمار کئے جاتے ہین۔

یہ امراض مختلف طریقون سے پھیلتے ہین۔

(۱) ہوا (۲) پانی اور غذا (۳) خراش یا کسی دوسرے زخم مین زہریلا مادہ داخل ہو جانے (۴) کیڑے مکوڑے (۵) پارچہ جات یا فضلات

(۱) امراض ذیل ہوا کے ذریعہ سے منتقل ہوتے ہین۔

(۱) اسکارلٹ فیور .Scarlet fever تپ سرخ۔

(۲) انفلوانزا Influenza تپ نزلی
(۳) چکن پاکس Chicken-pox چھوٹی چیچک
(۴) ٹائیفس فیور Typhus fever تپ محرقہ ہذیانی
(۵) میزلس Measles خسرہ
(۶) ممس Mumps کرن مول یا گلسوے۔
(۷) جرمن میزلس German Measles جرمن خسرہ
(۸) ہوپنگ کاف Whooping-cough کالی کھانسی
(۹) کروپ اینڈ ڈفتھیریا Croup and Diphtheria
(۱۰) اسمال پاکس Small-pox چیچک
(۱۱) کنزمپشن آر ٹیوبرکلوسس Consumption or Tuberculosis سل یا تپ دق
(۱۲) اسپاٹیڈ فیور Spotted fever چتی دار بخار
(۱۳) لیپرسی Leprosy جذام یا کوڑھ
(۲) امراض ذیل غذا اور پانی کے ذریعہ سے پھیلتے ہیں۔
(۱) ڈیسنٹری Dysentry پیچش
(۲) ڈائیریا- Diarrhoea اسہال
(۳) کالرہ Cholera ہیضہ
(۴) انٹرک فیور Enteric fever محرقہ بطنی
(۱۵) اسکارلٹ فیور Scarlet-fever or scarlatina سرخ بخار
(۶) ڈفتھیریا- Diptheria جھلی دار ورم گلو

(۷) مڈیٹرینین فیور Mediterranean Fever مالٹا فیور

(۳) زخم یا خراش سے امراض ذیل سرائت کرتے ہین۔

(۱) ایری سیپلس Erysipelas سرخ باد

(۲) لاک جا Lock-jaw کزاز

(۳) تمام اقسام کے زہرباد)

(۴) امراض ذیل کیڑے مکوڑون کے ذریعہ سے پھیلتے ہین۔

(۱) ملیریا Malaria موسمی تپ لرزہ

(۲) سلیپنگ سکنیس Sleeping-sickness مرض النوم

(۳) ایلی فنٹائیسس Elephantiasis فیل پا

(۴) کالا ازار Kala azar

(۵) سینڈ فلائی فیور Sandfly fever

(۶) یلو فیور Yellow fever تپ زرد

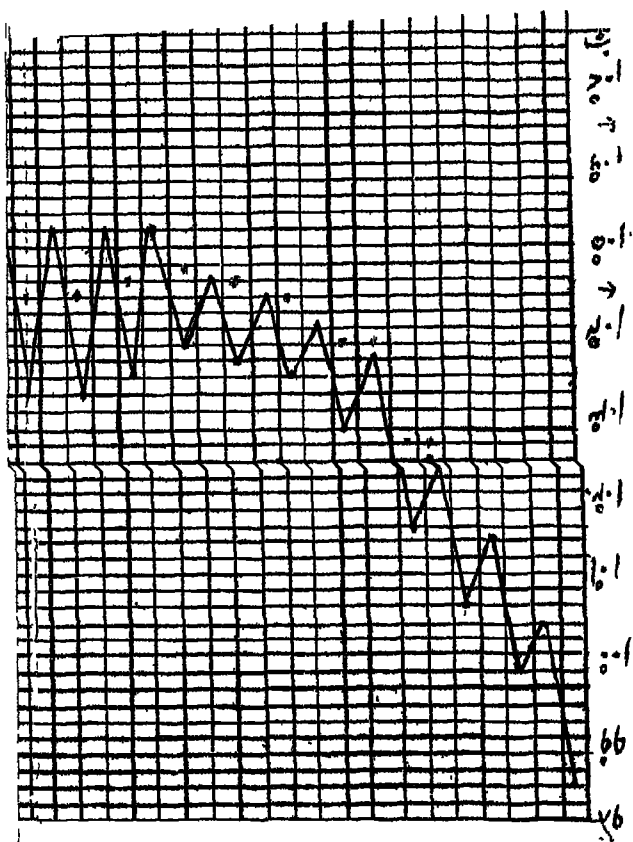
(۷) پلیگ Plague طاعون

(۸) ریلیپسنگ فیور Relapsing fever حمےٰ قحطی

(۹) ڈنگیو Dengue ہڈی توڑ بخار

(۵) امراض ذیل کیڑے اور فضلات کی چھوت سے پھیلتے ہین۔

جمیع امراض مذکورہ بالا اور داد۔

ان سب امراض کی ابتدا اکثر بخار سے ہوتی ہے جو کہ جسمانی حرارت کے (قدرتی حدود سے) زیادہ بڑھ جانے کا نام ہے۔

ہر ایک مسری یا متعدی مرض کے پھیلنے کے تین طریقے ہین۔

(۱) انڈیمک Endemic لغوی معنی اس لفظ کے "اشخاص کے اندر" ہے لہذا اُن وبائی امراض سے مراد ہے کہ جو ایک مقام خاص مین واقع ہون اور اوس مقام مین ہمیشہ کچھ لوگ اون امراض مین مبتلا ہوتے رہین اور عام طور پر باہر پھیلنے کا احتمال نہ ہو مثلاً ملیریا اور زرد بخار۔

(۲) اپیڈیمک Epidemic لغوی معنی "اشخاص کے اوپر" ہے۔ لہذا مراد اوس وبا سے ہے کہ جس مین زیادہ لوگ دفعتہً مبتلا ہون۔ اور ایک مقام سے دوسرے مقام پر پھیلنے کا مادہ ہو مثلاً پلیگ اور ہیضہ۔

(۳) اسپوراڈک Sporadic (یعنی منتشر) اون متعدی امراض سے مراد ہے جس مین معدودہ چند مریض مبتلا ہوتے ہین بلکہ ایک دو کو ہوا اور جبا تا رہا۔

جملہ متعدی امراض مذکورہ بالا صورتون مین سے کسی نہ کسی طرح ظاہر ہو سکتے ہین۔ مثلاً "پلیگ" کبھی کسی خاص محلہ یا شہر مین واقع ہو اور وہان چند آدمی ہمیشہ مبتلا ہوتے رہین اور آگے متجاوز نہ ہو۔ یہ صورت انڈیمک Endemic کھلاتی ہے۔ اور کبھی کسی خاص مقام پر دفعتہً بہت سے آدمیون پر واقع ہو کر تمام شہر و اطراف مین پھیلجائے اس صورت کو اپیڈیمک Epidemic کہتے ہین۔ اور کبھی کسی شہر

مین دو چار مریض اس مرض مین مبتلا ہوکر مرض دفع ہوجاے اس صورت کو اسپوراڈک Sporadic کہتے ہین۔

بخار اقسام ذیل مین تقسیم کئے جا سکتے ہین۔

(۱) کنٹینوڈ فیورس Continued fevers یعنی دائمی قسم کے بخار مثلاً انٹرک فیور Enteric fever ٹائیفس فیور Typhus Fever ریلیپسنگ فیور Relapsing fever انفلوئنزا Influenza یلو فیور Yellow fever ڈنگیو Dengue

(۲) پی ریاڈی کل فیورس Periodical Fevers انٹرمیٹنٹ فیور Intermittent fever ریمیٹنٹ فیور Remittent fever پرنیشس ملیریل فیور Pernicious Malarial Fever

(۳) ارپٹو فیورس Eruptive Fevers بثور دار یا دانہ دار بخار مثلاً اسکارلٹ فیور Scarlet-fever میزلس Measles جرمن میزلس German Measles اسمال پاکس Small-pox چکن پاکس Chicken-pox

(۴) بخار مع شدید مقامی علامات مثلاً ریوماٹک فیور Rheumatic-Fever نمونیا Pneumonia سریبرو اسپائنل Cerebro-spinal Fever ڈفتیریا Dephtheria

پلیگ Plague

بخار کے مدارج

ہر سُسری و متعدی امراض کے پانچ درجے ہوتے ہین۔

(۱) انکیوبیشن اسٹیج Incubation Stage درجہ سرایت یعنی یہ وہ وقفہ ہے کہ متعدی یا سُسری مرض کے جراثیم جسم انسان مین داخل ہوتے اور کچھ عرصہ تک جراثیم مذکور جسم مین نشوونما پاتے اور بڑھتے رہتے ہین اور کوئی علامات ظاہر نہین ہوتے اسکو انکوبیشن اسٹیج Incubation Stage یا زمانہ ابتدائی کہتے ہین یہ زمانہ ہر مرض کے لیے یکسان نہین ہوتا بلکہ مرض کی نوعیت اور انسان کی حالت کے لحاظ سے گھٹتا بڑھتا رہتا ہے۔

۲۔ انویژن اسٹیج The stage of Invasion یعنی زمانہ غلبہ۔ اس درجہ مین مرض کی علامتین ظاہر ہوتی ہین اور تغیرات نمایان ہونے لگتے ہین، حرارت بڑھتی جاتی ہے۔

(۳) درجہ ارپشین The stage of Eruption یعنے جلدی علامات کا ظاہر ہونا یہ لازمی نہین ہے کہ ہر متعدی مرض مین جلدی علامات ضرور ظاہر ہون لیکن جن امراض مین جلدی علامات ظاہر ہوا کرتی ہین اون مین ان کا نہ ہونا خطرناک سمجھا جاتا ہے۔

(۴) چوتھا درجہ ڈیفروسنس The stage of Defervescence یعنی زمانہ انحطاط اس مین حرارت اُترکر قدرتی حدود مین آجاتی ہے۔

(۵) کانولیسینس The period of Convalescense

یعنی زمانہ افاقہ جبکہ مریض رو بصحت ہوتا ہے۔

اصلیت بخار۔ خون کے اندر کسی قسم کے زہر کے داخل ہونے سے بخار پیدا ہوتا ہے جو نظام عصبی کو کم و بیش ماؤف کر دیتا ہے اور اسیطرح سے دیگر اعضائے رئیسہ کے فعل مین بھی خلل انداز ہوتا ہے اور قلب جلد جلد حرکت کرنے لگتا ہے جس سے نبض تیز چلنے لگتی ہے اور معدہ اور آنتون مین غذائی مادہ کم جذب ہوتا ہے لیکن ساتھ ہی حرارت کے بڑھ جانے سے جسمانی ساخت تیزی سے خرچ مین آتے ہین نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ جسم لاغر ہوتا جاتا ہے اور گردے اون فضلات کو جو کہ جسم مین پیدا ہوتے ہین خارج کرنے کے ناقابل ہو جاتے ہین اور اسلئے خون مین جمع ہو کر دماغی علامات اور مقامی ورم پیدا کرتے ہین۔ یہ حالت یا تو ترقی کرتی ہے یہانتک کہ زندگی کا قایم رہنا محال ہو جاتا ہے یا اگر طبیعت غالب ہوئی تو یہ علامات بتدریج گھٹنے لگتی ہین اور آخر مین تمام اعضاء کے افعال درست ہو کر انسان تندرست ہو جاتا ہے۔

زمانہ طفولیت مین متعدی امراض بچون کو اسلئے زیادہ لاحق ہوتے ہین کہ اُن مین اِن بیماریون کے قبول کرنیکا مادہ بمقابلہ جوانون کے زیادہ ہوتا ہے لیکن رفتہ رفتہ اُن مین اِن امراض کے مقابلہ کی طاقت پیدا ہو جاتی ہے جسکو "امیونٹی" Immunity یا امنیت کہتے ہین

بچہ جس قدر بڑا ہوتا جاتا ہے اوسیقدر یہ قوت پیدا ہوتی جاتی ہے چنانچہ متقدمین کا جو خیال تھا کہ خسرہ کالی کھانسی وغیرہ امراض بچون مین ہونا ضروری ہین لہذا اونکی نسبت کسی احتیاط کی ضرورت نہین نہ صرف غلط بلکہ نہایت ہی خطرناک خیال ہے بچے کی اوائل عمر مین اسطرح سے حفاظت کرنے سے نہ صرف وہ ان امراض کے حملہ سے بچ جاتا ہی بلکہ بڑا ہوکر اگر وہ کسی وجہ سے ان امراض مین مبتلا بھی ہوجائے تو بھی اُن کا اثر خفیف ہوتا ہے۔

بخار کے "انکیوبیشن پی ری اڈ" Incubation Period یعنی ابتدائی حالت مین جملہ علامات عموماً خفیف ہوتی ہین لیکن جب وہ سب ملکر واقع ہوتی ہین اور رفتہ رفتہ بڑھتی جاتی ہین تب بخار کی آمد بیّن ہوجاتی ہے وہ علامات یہ ہین۔ مثلاً طبیعت مین سستی اور کسی کام کرنے کو جی نہ چاہنا، بھوک کا غائب ہوجانا دن مین طبیعت کا نڈھال ہونا، اور شب مین بے خوابی، بے چینی وغیرہ۔

اِن ابتدائی علامات کے بعد اکثر یکایک بخار کی آمد معلوم ہوتی ہے جس سے بڑے آدمیون کو سردی سے کپکپی چڑھتی ہے اور بچون کو عموماً قے آتی ہے اور کبھی اونکو تشنج ہونے لگتا ہے اور اس قدر بظاہر بیمار ہوجاتا ہے کہ طبیب کا بلانا لازمی ہوتا ہے۔

نقشہ مین متعدی اور سَرِی امراض کا زمانہ حضانت وغیرہ دیا گیا ہے ان ایام کے بعد جلدی علامات ظاہر ہوتی ہین۔ حرارت بڑھ جاتی ہے

نبض تیز چلنے لگتی ہے۔ لبون پر پیٹری پڑتی، زبان خشک ہوتی ہے اور
ہزیان ہوجاتا ہے، مریض کا سر گھومنے لگتا ہے اور بعض دفعہ ہمراہی
ہوجاتا ہے۔ بے چینی عموماً سب بخار کے مریضون کو ہوتی ہے، مریض
آنکھین بند کئے ہوئے گم صم پڑا رہتا ہے۔
اگر صحت ہونے والی ہے تو ان علامات مین انحطاط رونما ہوگا اور
طبیعت رو بصحت ہوگی افاقہ بتدریج ہوگا صبح و شام حرارت مین فرق
معلوم ہوگا یعنی روز بروز حرارت کا چڑھاؤ گذشتہ دنون سے کم اور
اُتار زیادہ ہوتا جاتا ہے اس قسم کے تبدریج اُتار کو لائیسس Lysis
کہتے ہین بخلاف اسکے اگر تیز حرارت یکلخت چند گھنٹون کے اندر
یا رات بھر مین اوتر جائے تو اسکو کرائیسس Crisis یعنی
نازک وقت کہتے ہین ایسی حالتون مین بعض مریضون کو پسینہ بکثرت
آتا ہے۔ یا دست جاری ہو جاتے ہین اور کبھی کبھی اُس کا قلب
ساکت ہوجاتا ہے۔
مرض کے زائل ہونے سے صحت کامل حاصل ہونے تک کا
زمانہ کانولیسنس Convalescence کا زمانہ تصور کیا جاتا ہی
کتاب ہذا مین متعدی و متعدی بیماریون کی ابتدا و انتہا کا نقشہ دیا
گیا ہے جس سے مختلف مدارج کی مدت معلوم ہوگی۔
جب کوئی بچہ اسکارلٹ فیور Scarlet Fever یا ٹائیفائڈ فیور
Typhoid مین مبتلا ہو اور والدین مین استطاعت تیمارداری

کی نہ ہو اور ہر وقت ڈاکٹر و نرس کو نہ بلا سکیں تو مناسب یہ ہے کہ فوراً
مریض بچے کو اسپتال میں بھیجدیں وہاں اس کی تیمارداری بمقابلہ گھر
کے عمدہ ہوگی۔ اور دوسرے بچے بھی محفوظ رہیں گے اگر یہ ممکن نہ ہو
تو مریض کو علیحدہ کمرہ میں کر دیا جائے اور جیسا کہ باب اول میں بتلایا
گیا ہے اوس کمرہ سے سامان دری وغیرہ اوٹھا دی جائے اور اُس کی
درستی و صفائی کردی جاوے کمرہ میں ہوا کی آمد و رفت کا انتظام ہو
کمرہ کے دروازوں پر کسی ہلکے پارچہ کے پردے پڑے ہوں اور پردوں
پر ایک فیصدی سائلن Cyllin یا پانچ فیصدی کاربالک ایسڈ
کا لوشن Carbolic acid Lotion چھڑک دیں لیکن
یہ چھڑکنا کچھ بہت زیادہ مفید نہیں ہوتا صرف ایک تدبیر حفظ ما تقدم کی
سمجھنا چاہیئے۔ کیونکہ یہ ممکن نہیں ہے کہ پردوں میں چھن کر ہوا نکلے
بلکہ بھیگے ہونے کی وجہ سے اُس کے جوف ایک دوسرے سے مل جاتے
ہیں۔ اس لیے لامحالہ پردے کے نیچے اوپر ہو کر یا دوسرے راستوں
ہوا نکلے گی۔ بعض ڈاکٹروں کی یہ رائے ہے کہ دروازے کے سامنے
ایسے انداز پر دوا دافع جراثیم ڈس انفکٹینٹ Disinfectant
ڈالنی چاہئیں۔

مریض کے کمرہ میں علاوہ نرس کے اور کسی کو نہ آنے دیا جائے اور مریض
کے کمرے کے متصل ایک اور کمرہ نرس کے لئے ہونا چاہیئے تاکہ جب
ہوا خوری کے لئے باہر جائیں تو اسی میں اپنے تیمارداری کے کپڑے اتار کر

دوسرے کپڑے بدل سکین۔
اگر ممکن ہو تو مریض کے کمرے کو بطور اسپتال کے بنا لینا چاہیئے اور کمرہ کے باہر ایک میز رکھدی جاے تاکہ نوکر وغیرہ اوس پر مریض کا کھانا وغیرہ رکھدیا کرین اور وہان سے نرس لا کر مریض کو کھلا دیا کرے۔
اگر خدانخواستہ کسی گھر مین کوئی متعدی مرض پھیل جاے تو اچھے اور متاثر شدہ بچون کو اسکول نہ جانے دیا جائے۔
ذیل مین ہر مرض کی مدت دی جاتی ہے جس کے بعد احتمال چھوت کا نہین رہتا۔

میزلس Measles خسرہ ۔۔ ۔۔ ۱۶ دن
اسکارلٹ فیور Scarlet Fever تپ سرخ - ۱۴ دن
چکن پاکس Chicken-pox چھوٹی چیچک - ۲۰ دن
اسمال پاکس Small-pox چیچک - ۱۶ دن
جرمن میزلس German Measles جرمن خسرہ - ۲۰ دن
ڈفتھیریا Diphtheria جھلی دار ورم گلو - ۱۲ دن
ہوپنگ کاف Whooping cough کالی کھانسی - ۲۱ دن
ممس Mumps کرن مول یا گلسوے - ۲۴ دن
ٹائیفائیڈ یا انٹرک فیور Typhoid or Enteric Fever
تپ محرقہ بطنی - ۳۰ دن۔

دفع روائت - و ادویہ دافع روائیت

جملہ متعدی - امراض کے بعد تمام اشیاء جو مریض کے برتاوے یا اُس کے استعمال مین ہون اُن کی کثافت اور گندگی نہایت ہوشیاری و احتیاط سے ڈس انفکٹ Disinfect کر کے دور کرنی چاہیے ہم اس موقع پر یہ ظاہر کرنا چاہتے ہین کہ ڈس انفکشن Disinfection کے نام سے کتنی ہی غلطیان کی جاتی ہین -

افسوس ہے کہ اس کے لیے کوئی قانونی روک تھام نہین رکھی گئی ہے کہ آیا کون کون ادویہ واقعی دافع روائت ہین - کیفیت یہ ہے کہ ایسے ادویہ کہ جن مین بہت کم یا کچھ بھی خاصیت روائت کے دفع کرنے کی نہین ہوتی وہ بھی ڈس انفکٹنٹ Disinfectant یعنی دافع روائت کے نام سے بازارون مین فروخت اور گھرون مین استعمال کیجاتی ہین اور ان سے خلاف امید نتائج پیدا ہوتے ہین ڈس انفکٹ Disinfect کرنے کی علت غائی یہ ہے کہ وبائی جراثیم ضایع ہو جائین - لیکن افسوس ہے

کہ تین مختلف قسم کی اشیاء کو ایک ہی زمرہ میں شامل کرنے سے کتنی غلط فہمی پیدا ہوتی ہے۔

۱۔ اینٹی سیپٹکس Antiseptics یہ ادویہ متعدی امراض کے جراثیم کو ہلاک نہیں کرتیں ان کی تولید اور افزائش کو صرف روکتی ہیں مثلاً "دوبراسک ایسڈ" Boracic acid

۲۔ ڈیوڈرنٹس Deodorants دافع عفونت۔ یہ ادویہ عفونت اور بدبو کو صرف دور کرتی ہیں مثلاً کوئلہ، سرکہ، اور بہت سی وہ اشیاء جو ڈس انفکٹنٹ Disinfectant بتلائی جاتی ہیں۔

۳۔ ڈس انفکٹنٹ Disinfectants وہ ادویہ ہیں کہ جو متعدی امراض کے جراثیم کو ہلاک کر کے قطعی طور پر نیست و نابود کر دیتی ہیں مثلاً کاربولک ایسڈ Carbolic acid

۱۔ اینٹی سپٹکس Antiseptics ان ادویہ سے کسی چیز کی تخمیر یعنی سڑاہند روکی جاتی ہے اور اُن کا استعمال اُن اشیاء اور مقامات میں کیا جاتا ہے کہ جن کا ضایع کرنا یا منتقل کرنا منظور نہ ہو۔ اس کے لغوی معنی بھی مانع تخمیر کے ہیں۔ ان کا اثر صرف اُن جراثیم کی پیدائش کو روکتا ہے جو کہ سڑاہند یا عفونت پیدا کرتے ہیں۔ یہ ادویہ اُن کو ضایع نہیں کر سکتیں۔

۲۔ ڈیوڈرنٹس Deodorants عفونت یا سڑاہند غیر حیاتی چیزوں پر جراثیم کے اثر سے پیدا ہوتی ہے جس سے وہ ٹوٹ کر

بے ضرر اجزا مین تبدیل ہو جاتے ہین - لیکن اس دوران تبدیلی مین اُن
مین سے بدبو دار بخارات خارج ہوتے ہین - ادویہ دافع عفونت
صرف اُن بخارات کو مغلوب کر کے یا جذب کر کے یا اُن کے اجزا کو
منتشر کر کے اپنا اثر کرتی ہین - سڑنے والی چیزون پر اُن کا اثر تقریباً
کچھ بھی نہین ہوتا - بدبو سرف غلاظت کا پیش خیمہ ہے - اور اُسکو محض
ڈہانک دینا نہایت ہی خلاف اصول تدبیر ہے جو کہ کہین بھی اور خاصکر
ہندوستان مین استعمال کے قابل نہین -

۳ - وس انفکٹنٹ Disinfectants اصلی دافع جراثیم محدود
اور صحیح معنون مین ڈس انفکشن Disinfection سے یہ مراد
ہے کہ وہ جراثیم جن سے متعدی امراض پیدا ہوتے ہین بالکل ضایع
کر دیے جائین خوش قسمتی سے علاوہ سختی کے ساتھ صفائی رکھنے
کے جس سے جراثیم ضایع ہو جاتے ہین ہمارے پاس کتنے ہی سچے
ڈس انفکٹنٹ Disinfectants موجود ہین - جو مفصل ذیل
تین صنفون مین منقسم کیے جا سکتے ہین -

۱ - قدرتی اسباب دافع روائت - قدرتی ڈس انفکٹنٹس -
۲ - اسباب طبعی طبعی ڈس انفکٹنٹس -
۳ - اسباب کیمیاوی - کیمیائی ڈس انفکٹنٹس -

۱ - قدرتی ڈس انفکٹنٹس مثلاً تازہ و صاف ہوا اور آفتاب کی شعاعین
ان سے اکثر اقسام کے جراثیم ہلاک ہو جاتے ہین - تمام زندہ جراثیم انکے

ذریعہ سے کچھہ دنون مین اپنے مضر اثر کو کہو دیتے ہین اور آخر مین خشک ہوکر مرجاتے ہین - چنانچہ ایشائی ہیضہ کے جراثیم مطابق درجہ خشکی کے تین گھنٹہ سے لیکر دو دن تک مین ضایع ہوجاتے ہین -

انٹرک فیور Enteric fever کے جراثیم ڈیڑہ گھنٹہ سے لیکر دو گھنٹے مین آفتاب کی تمازت سے ہلاک ہوجاتے ہین اور پانچ گھنٹہ مین محض روشنی بہی اُن کو ہلاک کرنے کے لیئے کافی ہوتی ہے ڈفتیھریا Diphtheria کے جراثیم کم ازکم نصف گھنٹہ اور زائد سے زائد ایک گھنٹہ تک آفتاب کی شعاعین پہونچتی رہین تو زندہ نہین رہ سکتے - سل کے جراثیم مطابق اپنے مادہ کی مقدار کے چند منٹ سے لیکر چند گھنٹون کے اندر دہوپ مین ضایع ہوجاتے ہین - خشکی کا اثر جراثیم کی افزایش پر جو ہوتا ہے اُس سے ظاہر ہے کہ اصول حفظان صحت کے لحاظ سے کس قدر ضروری ہے کہ ہندوستانی مکانات مرطوب مقامات مین نہ بنائے جائین - جلد جلد بستر گدون وغیرہ کو دہوپ دکہاتے رہنا نہایت ہی مفید ہوتا ہے علاوہ ازین ہوا مین جو آکسیجن کا جزو ہوتا ہے اور سورج کی روشنی بہی ایسے چہوٹے چہوٹے جراثیم جو بسترون اور پلنگون وغیرہ مین چہپے یا پلٹے رہتے ہین اُن کو ہلاک کرنے مین حصہ لیتی ہے - اور مزید برآن تیز ہوا جب اُن پر پہونچتی ہے تو اوس سے نہ صرف وہ جہڑ کر علیحدہ ہوجاتے ہین بلکہ اُن مین سے چند اقسام کی افزایش ان حالتون مین بند ہوجاتی ہے - چنانچہ قدرتی

ڈس انفکٹنٹ تازہ ہوا، تیز ہوا، اور دہوپ ہین۔

۴۔ اسباب طبعی | اس مین مختلف طریقون سے گرمی یا حرارت کا پہونچانا شامل ہے۔

الف ۔ آگ ۔

ب ۔ گرم ہوا۔

ج ۔ پانی مین جوشش دینا۔

د ۔ بھاپ ۔

الف ۔ آگ | آگ سے جلا دینا بہترین طریقہ وبائی امراض کے جراثیم ہلاک کرنے کا ہے۔ اور کم قیمت اشیاء کو تو جلا ہی ڈالنا چاہیے اگر ممکن ہو تو پہلے مٹی کا تیل چھڑک دیا جائے تاکہ پورے طور پر جل جائین بند آتش دانون مین جلانا زیادہ مناسب ہوتا ہے وجہ یہ ہے کہ کھلی ہوئی جگہہ پر اگر چیزین جلائی جاتی ہین تو اُن مین یہ اندیشہ ہوتا ہے کہ تند ہوا کے جھونکون سے بلا جلی ہوئی چھوٹی چھوٹی چیزین اُڑکر اپنے ساتھ جراثیم کو نہ لیجائین۔ چونکہ یہ طریقہ آج کل قابل اطمینان نہین پایا گیا اسلئے اچھا نہین سمجھا جاتا۔

ب ۔ گرم ہوا | ہوا کو گرم کرکے کسی چیز یا کمرے کو ڈس انفکٹ کرنا قابل اطمینان نہین ہوتا۔ اسلیے محض اس پر اکتفا نہ کرنا چاہیے۔

اسکے فوائد یہ ہین (۱) خرچ کم ہوتا ہے (۲) معمولی چولہے سے بھی ضرورت کے وقت کام چل جاتا ہے (۳) نازک اشیاء مثلاً

Fir یعنی سموری اشیاء، چرمی سامان، ربڑ کی چیزین کتابین وغیرہ خراب نہین ہوتی ہین۔

اس کے نقصان یہ ہین (۱) گرم ہوا چیزون کے اندر بڑی مشکل اور دیر سے اثر کرتی ہے (۲) بعض چیزون پر دھبہ پڑجاتا ہے (۳) بعض اشیاء مین ہوا کی گرمی سے کرختگی آجاتی بعض اشیاء خراب ہوجاتی ہین۔

ت - پانی مین جوشش دینا | ڈس انفکٹ کرنے کے بہترین طریقون مین سے یہ بھی ایک ہے بہت کم جراثیم ایسے ہین کہ جو چند منٹ بھی جوش دیا جانا برداشت کرسکین اور اگر کوئی زندہ بھی رہ گئے تو صابون اور گرم پانی سے دہونے پر زندہ نہین رہ سکتے۔ نقصان اگر ہے تو صرف اسقدر کہ جوش دینے سے دہبے پڑجاتے ہین۔ اگر کپڑون کو جوش دینا ہے تو اول ٹھنڈے پانی مین تر کئے جائین اور صابون اور سوڈا مل دیا جائے بعدازان نصف گھنٹہ تک گرم پانی مین جوش دیا جائے اوس پانی کو بھی جس مین یہ چیزین دہوئی جائین یا بھگو دی جاوین جوشش دیکر ڈس انفکٹ کرلینا چاہیئے۔

د - بھاپ | اس کے ذریعہ سے ڈس انفکٹ کرنے کے لئے خاص قسم کے آلات بنائے گئے ہین اور گرم ممالک مین بستر و کپڑے وغیرہ کے صاف کرنے مین استعمال کئے جاتے ہین اسکو گرم ہوا پر بوجوہ ذیل ترجیح دی جاتی ہے۔

(۱) بھاپ کی بہت چھپی ہوئی حرارت کی قوت | جب بھاپ منجمد ہوتی ہے تو اوس کے اجزا سے وہ چھپی ہوئی حرارت نکلتی ہے جو ڈس انفکٹ کرنے کے لئے کارآمد ہوتی ہے۔

(۲) اسکے سرائت کرنے کی قوت | بھاپ کے منجمد ہونے کے ساتھ ہی اوسکا حجم بھی گھٹتا ہے جس سے چیزون کے ذرون کے اندر کسیقدر خلا پیدا ہوتا ہے اس خلا کے اندر نئی بھاپ داخل ہوکر ذرے ذرے کو ڈس انفکٹ کردیتی ہے۔

(۳) اگر تھوڑی دیر تک بھی بھاپ پہونچائی جائے تو ڈس انفکٹ کرنے کے لیے کافی ہوتی ہے۔

(۴) آگ سے جلنے یا دھبے وغیرہ کے اثر سے بھی اشیاء محفوظ رہتی ہین۔

۳۔ کیمیائی ڈس انفکٹنٹس | یعنی ادویہ دافع ردائت۔ اس قسم کی بازارون مین ہزارہا دوائین فروخت ہوتی ہین جو مفصلہ ذیل اقسام مین تقسیم کی جا سکتی ہین۔

الف۔ بخور۔

ب۔ سیال۔

ج۔ جامد

(الف) بخور اس قسم کی مشہور چیزین جلتی ہوئی گندھک کا دھوان، فارمل ڈی ہائیڈ، Formaldehyde اور کلورین Chlorine.

ہین۔

گندہک جلانا | صدیون پہلے سے گندہک جلا کر ڈس انفکٹ کرنے کا رواج تمام ممالک مین جاری ہے، کیونکہ یہ ڈس انفکٹ کرنیکا ایک آسان طریقہ ہے۔ قبل گندہک سلگانے کے جن اشیاء مین اُن کا دہوان پہونچانا ہو اُن کو کسی قدر نم کر دینا چاہیئے۔ اسکی خاصیت یہ ہے کہ صرف اُن ہی چیزون مین اثر کرتی ہے جن مین کچھ نمی باقی ہے گندہک کی قلمین خاص طور پر بنائی جاتی ہین جو بمقابلہ معمولی سفوف کے زیادہ خالص ہوتی ہین۔

ایک ہزار مکعب فٹ جگہ کی صفائی کے لئے دو پونڈ (قریب سیر بھر کے) گندہک کافی ہوتی ہے۔

فارمل ڈی ہائڈ Formaldehyde | یہ ایک خاص قسم کی گیس ہوتی ہے اسکی ٹکیان ایک خاص قسم کے لیمپ مین جلائی جاتی ہین۔ فی زمانہ بجائے گندہک کے اس سے ڈس انفکٹ کرنے کا رواج برتا جاتا ہے۔

"پرمنگنیٹ آف پٹاشس" Permanganate of Potash پر "فارملین" Formalin ڈال دینے سے یہ گیس پیدا ہوتی ہے دو ہزار مکعب فٹ کو ڈس انفکٹ کرنا ہو تو دس اونس پرمنگنیٹ آف پوٹاش Permanganate of Potash چوڑے منہ کے آہنی ظرف مین رکھکر اوپر سے ایک پائنٹ فارملین Formalin ڈال دینا کافی ہوتا ہے چھ گھنٹہ کی مدت مین ڈس انفکٹ کر دیتی ہے۔ ساٹھ سے ستر درجہ تک کی حرارت ہونی چاہیئے اور گرمی کا موسم ہو تو کمرہ کی ہوا کو

کسی قدر نم کر دینا مناسب ہوتا ہے۔

یہ طریقہ بہت آسان اور جلد ہو جانے والا اور کم خرچ کا ہوتا ہے۔ اس کا سامان کچھ زیادہ قیمتی نہین ہوتا۔ اور یہی وجہ ہے کہ اس طریقہ کو زیادہ ترجیح دی جانے لگی ہے۔

کلورین Chlorine اس کام کے لئے یہ بھی ایک کارآمد دوا ہے۔ اگر نقصان ہے تو صرف اسقدر کہ اس سے چیزون کے رنگ اُڑ جاتے ہین اسلیے اس کا استعمال اوسی حالت مین کیا جائے جبکہ مذکورہ بالا دونون اقسام کی گیس مین سے کوئی بھی دستیاب نہ ہو سکے۔ دو پونڈ کلورینیٹڈ لائم Chlorinated line مین اگر نصف پونڈ ہائیڈروکلورک ایسڈ Hydrochloric aoid یا کوئی دوسرا اسحدنی تیزاب ڈال دیا جائے تو ڈس انفکٹ کرنے کے لئے کافی گیس تیار ہو جاتی ہے

ایک بات قابل یاد رکھنے کے ہے کہ جو مکانات وبائی مادہ سے متاثر ہو چکے ہون اُن کی ہوا بہت آسانی سے تبدیل ہو جاتی ہے۔ لیکن وبائی امراض کے جراثیم بمقابلہ ہوا کے چھت فرش اور دیوارون مین زیادہ پیٹے ہوتے ہین اُن کا ڈس انفکٹ کرنا ضروری اور لابدی ہوتا ہے۔

ب۔ سیال ادویہ اگرم ملکون مین عموماً پانچ قسم کے سیال ادویہ مکانات وغیرہ کے ڈس انفکٹ کرنے مین استعمال کی جاتی ہین۔

(۱) پرکلورائیڈ آف مرکری Perchloride of Mercury

اس سے ڈس انفکٹ کرنے مین یہ فائدہ ہے کہ یہ بہت سریع الاثر اور کم

قیمت ہوتی ہے۔ نقصان یہ ہے کہ انسان کے لئے زیادہ اور کیڑے مکوڑون کے لئے کچھ کم مضر ہے دہات کی چیزون کو خراب کر دیتی ہے اسکے سلوشن مین نہ کوئی رنگ ہوتا ہے اور نہ کوئی بو ہوتی ہے۔

(۲) کاربولک ایسڈ Carbolic Acid یہ ڈس انفکٹ کرنے کے لئے ایک عمدہ چیز ہے۔ لیکن خرچ زیادہ ہے اور اس مین سمیت ہوتی ہے۔ فی زمانہ بجاے اسکے کول ٹار Coal tar کی بنی ہوئی دوائین جو خرچ اور سمیت مین کم ہوتی ہین استعمال کی جاتی ہین۔

(۳) سیپونی فائڈ کری سول Saponified Cresol بازارون مین جتنے اقسام کول ٹار کی بنی ہوئی ادویہ فروخت ہوتی ہین اُن سب پر اس کو ترجیح دی جاتی ہے گورنمنٹ ہند کا فوجی ڈیپارٹمنٹ اسی کو استعمال کرتا ہے بہ نسبت کاربولک ایسڈ کے زیادہ کارآمد اور کم خرچ ہے۔ اور علاوہ اسکے سمیت بھی بہت کم ہوتی ہے۔

(۴) فارملین Formalin اس مین تیز بو ہوتی ہے علاوہ لوہے کے اور کسی دوسری دہات کی بنی ہوئی چیزون یا کسی رنگ کو خراب نہین کرتی ایک فیصدی طاقت کا سلوشن بنا کر استعمال کیا جاتا ہے ارزان اور سریع الاثر ہونے کے علاوہ پورے طور سے قابل اطمینان ہوتی ہے

(۵) فنائل Phenyle یہ بہت مروج ہے لیکن کمزور اور گران قیمت ہے۔ کاربولک ایسڈ سے کسیقدر زائد طاقت رکھتی ہے۔

ج۔ جامد ادویہ اس تحت مین ہم صرف چار ڈس انفکٹ کرنے والی

چیزون کا بیان کرینگے یعنی

۱۔ چونہ
۲۔ کلورائیڈ آف لائم Chloride of Lime
۳۔ پرمنگنیٹ آف پوٹاش Permanganate of Potash
۴۔ صابون۔

۱۔ چونہ۔ تازہ چونہ کارآمد اور کم قیمت اور مہلک جراثیم ہوتا ہے ہندوستان مین عموماً مکانات کی سفیدی کرنے مین استعمال کیا جاتا ہے اگر بطور ڈس انفکٹنٹ دوا کے کام مین لانا ہے تو دیکھ لینا چاہیئے کہ وہ تازہ ہو کیونکہ بہت دنون رکھے رہنے سے اسکی ڈلیان ہوا کے اثر سے کسی حد تک کھریا مٹی مین تبدیل ہو جاتی ہین اور اسکی ڈس انفکٹ کرنے کی خاصیت جاتی رہتی ہے۔ بعض ڈاکٹرون کا خیال ہے کہ علاوہ سل اور جانورون کی بیماری اینتھریکس Anthrax کے دیگر امراض کے جراثیم سفیدی کرنے سے ہلاک ہو جاتے ہین۔

قبل سفیدی کرانے کے دیوارون کو اچھی طرح رگڑ دینا چاہیئے تاکہ مضر صحت جراثیم سے پاک ہو جائین۔ ایسا نہ کیا جائے کہ اوپر سفیدی پھیر کر اُن کو اوسی مین دفن کر دیا جائے۔

۲۔ کلورائیڈ آف لائم Chloride of Lime اگرچہ اس مین بو بہت ہوتی ہے۔ لیکن ڈس انفکٹ کرنے کی قوت اس مین معقول ہوتی ہے۔ یہ چونہ مین حل شدہ کلورین Chlorine ہوتا ہے

لیکن اسکی طاقت کو قیام نہین ہوتا ہے۔ اور یہ دہاتون کو خراب کر دیتی ہے اور موریون کو بند کر دیتی ہے۔
بدبو چھپانے کے لئے اس کا استعمال پہلے بہت ہوتا تھا جو کہ اسکا محض بیجا صرف ہے۔ ہندوستان مین اس کا جایز استعمال صرف مکھیون کا دفع کرنا ہے۔ لیکن بہ نسبت اسکے خام مٹی کا تیل زیادہ مفید اور ارزان ہوتا ہے۔ علاوہ برین یہ اس ملک مین اصلی حالت مین زیادہ دنون تک نہین رکھا جا سکتا۔

۳۔ پرمنگنیٹ آف پٹاش Permanganate of Potash
پانچ فیصدی طاقت کا سلوشن بہت کارآمد سریع الاثر اور دافع رداءت دوا ہے۔ لیکن نصف فیصدی طاقت کا سلوشن جیسا کہ عموماً استعمال ہوتا ہے ایک محض کمزور دافع عفونت دوا ہے۔ اسکے نقصانات حسب ذیل ہین۔

(۱) خرچ زیادہ۔
(۲) کپڑون پر دہبہ ڈال دیتا ہے۔
(۳) اثر جلد زائل ہو جاتا ہے اور اسی لئے چاہات صاف کرنے مین اسکا استعمال زیادہ کیا جاتا ہے۔

۴۔ صابون | کیمیاوی دافع رداءت اشیاء مین سے یہ بھی بہت کارآمد چیز ہے۔ معمولی قسم کے صابون جو گھرون مین استعمال ہوتے ہین ان مین کھار کا جزو ہوتا ہے۔ جس سے نہ صرف جراثیم ہلاک ہو جاتے ہین

بلکہ اُن کے انڈون کے بیرونی غلاف بھی گل جاتے ہین اس سے وہ چکنائی بھی صاف ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے بعض اوقات جراثیم آفتاب کی دہوپ اور اکسیجن کے اثر سے محفوظ رہجاتے ہین اسلئے صفائی کے لحاظ سے نہایت قابل قدر چیز ہے۔

جب کوئی شخص کسی متعدی مرض مین مبتلا ہو تو ہدایات ذیل پر کاربند ہونا ضروری ہے۔

۱- وبائی مرض کے مریض کا لباس۔ بستر۔ پردے وغیرہ اور دیگر سامان جن کے خراب ہونے کا اندیشہ نہ ہو تو اسٹیم ڈس انفکٹر Steam Disinfector سے اچھی طرح گرم کرائے جائین۔

۲- اگر ڈس انفکٹ کرنے کا تنور دستیاب نہ ہو تو نصف گھنٹہ تک سوتی کپڑون کو کھولتے ہوئے پانی مین جوش دیا جائے۔ کمل اور دیگر اونی ملبوسات اور ناریل وغیرہ کی بنی ہوئی اشیاء کو سیپونی فائڈ کری سول Saponified Cresol مین دو گھنٹے تک بھگو دیا جائے۔ کپڑون مین پانچ فیصدی طاقت کا کاربولک ایسڈ کا لوشن چھڑک کر تین چار دن تک برابر دہوپ دکھادی جائے چرمی سامان کو ایک فیصدی طاقت کے فارملین Formalin کے سلوشن سے پونچھہ دینا چاہیئے۔

۳- کھانے اور پینے کے ظروف پندرہ منٹ تک کھولتے ہوئے پانی مین جوش دیے جائین اکثر متعدی امراض مین بیس فیصدی

طاقت والے سوڈے کے سلوشن سے دہو دینا کافی ہوتا ہے لیکن مرض سل کے جراثیم کو دفع کرنے کے لئے یہ سلوشن کافی نہیں ہوتا۔ کاٹنے چھریان اور ایسی چیزین کہ جن کو زیادہ گرم کرنے مین احتمال خراب ہونے کا ہوان کی صفائی اس طرح کی جائے کہ فارملین Formalin کے سلوشن مین دو گھنٹے تک بھگوے رکھے جائین۔

۴۔ جس کمرہ مین مریض ہو اس کی دیوارین کھرچ دی جائین اور از سر نو سفیدی کرادی جائے۔

۵۔ فرنیچر۔ فرش اور لکڑی کے دیگر سامان گرم پانی اور صابون سے رگڑ کر دہو دئے جاوین۔

۶۔ زمین پر دافع روایت ادویہ چھڑک دئے جاوین جن مین مٹی کا تیل صابون کے پانی مین ملا کر چھڑکنا بہتر ہے۔

۷۔ چوکی یا کموڈ جو مریض کے استعمال مین ہو اُس کو ایک فی ہزار طاقت والے کلورائڈ آف مرکری Chloride of Mercury کے سلوشن سے دہو دیا جائے اور فرش پر یہی سلوشن خوب چھڑکنا چاہئے

کرمون کا ہلاک کرنا

یہ لازمی نہین ہے کہ جو دوائین دافع روایت ہون وہ مہلک کرم بھی ہون مثلاً کلورائڈ آف مرکری Chloride of Mercury اگرچہ بہت طاقت ور دس انفکٹنٹ ہے لیکن کرم پر کچھ کم اثر رکھتی ہے

حتیٰ کہ پالنو مین ایک طاقت کے تیزابی سلوشن کے اندر دس منٹ
تک رہ کر بھی پسو بے ضرر نکل آتے ہین علاوہ برین ہندوستانی
جھونپڑون اور مکانات کے فرش پر (جو کہ گوبر سے لیپے ہوئے ہوتے
ہین) غیر جاذبی مادہ سے ملکر اس کا کیمیائی اثر بدرجہا زائل ہوجاتا ہے
پسٹرین Pesterine اور مٹی کے تیل کا ایملشن
Emulsion بہترین مہلک کرم ادویہ ہین۔

عام طور پر ہونی کے قسم کی ڈس انفکٹنٹ ادویہ کرمون کے دفع
کرنے کے لئے استعمال کرنی چاہئین اور جس کرے مین ان کا استعمال
کرنا منظور ہو تو اس کے دروازون اور دریچون کو احتیاط سے بند کر دینا
چاہیئے لیکن گرم ممالک کے مکانات مین (جہان ہوا کی آمد و رفت
کے لئے بہت راستے رکھے جاتے ہین) اس کا انتظام کرنا بہت
دشوار ہوتا ہے۔

جو مقدار جراثیم کو ہلاک کرنے کے لئے کافی ہوتی ہے اس سے بہت کم
مقدار مین بھی یہ مچھرون اور دیگر کاٹنے والے چھوٹے کیڑون کے مارنے
کے لئے کافی ہے۔ جو کہ مکانات کے گوشون مین سال بسال چھپے
رہتے ہین۔

۱۔ پسٹرین Pesterine یہ ایک قسم کا خام مٹی کا تیل ہوتا ہے
ہلاکت کرم کے لئے نہایت تیز اثر رکھتا ہے اور کھٹمل، پسو، اور دیگر کیڑے
مکوڑے اس سے لگتے ہی فوراً ہلاک ہوجاتے ہین اس کے استعمال کا

طریقہ بہت سادہ اور آسان ہے۔ فرش اور دیوارون پر تین تین فٹ برُش سے لگادی جاتی ہے اور بہت ارزان ہے۔ یعنی معمولی وسعت کے کمرے کے لیے ایک روپیہ کی کافی ہوتی ہے۔ البتہ یہ ضرور ہے کہ نفاست نہین ہوتی اسلئے اچھے مکانات مین اس کا استعمال کرنا اعتراض سے خالی نہین ہے۔

۲ - ٹرپن ٹائن Turpentine. مچھر و مکھی کے دور کرنے کے لئے نہایت کار آمد چیز ہے۔ لیکن گران قیمت اور کسی قدر اس کی بو تیز ہوتی ہے۔

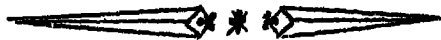
۳ - مٹی کے تیل کا ایملشن | اسکے بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ معمولی صابون تین حصہ پانی پندرہ حصہ اور مٹی کا تیل ۲ ۸ حصہ۔ پانی مین صابون حل کیا جاتا ہے اور مٹی کا تیل ڈال کر آگ پر گرم کیا جاتا ہے اور کسی چیز سے گھونٹ کر اچھی طرح حل کر دیا جاتا ہے۔

تجربہ سے ثابت ہوچکا ہے کہ اس کا ہزار مین ایک کی طاقت کا سلوشن دو منٹ مین پسو کو ہلاک کر دیتا ہے۔ اس کو عموماً بیس گنا پانی مین ملا کر استعمال کرنا چاہیئے۔

مکانون مین سے مچھرون کے دور کرنے کی ایک بہت آسان تدبیر ذیل مین بتلائی جاتی ہے اور مصنف کتاب ہذا کے دوست سر جیمس رابرٹ صاحب اس تدبیر کے بہت معترف تھے۔

مغرب کے وقت کمرہ کے سب دروازے کھڑکیان اور روشن دان

کھول دیے جائیں اور آفتاب غروب ہونے کے بعد کچھ دیر تک لمپ وغیرہ نہ روشن کیے جائیں۔ کمرے کے اندر جس قدر مچھر ہوں گے وہ سب کمرہ کے باہر چلے جائینگے اور چاندنی رات ہوئی تو اور بھی زیادہ روشنی میں جانے کی ترغیب ہوگی۔ قبل لیمپ روشن کرنے کے چلمنیں اور پردے وغیرہ گرا دیے جائیں۔ تین چار روز تک برابر اگر اس طرح کیا گیا تو یقیناً مچھر بہت کم ہو جائینگے اور کمرہ ان سے صاف ہو جائے گا بشرطیکہ احاطہ مکان میں اُن کی تولید اور افزائش کے اسباب نہ ہوں

باب ششم

نرس اور اوسکی تندرستی

اکثر لوگون کا خیال ہے کہ ہر عورت پیدایشی نرس ہوتی ہے حالانکہ یہ خیال کچھ ٹھیک نہین ہے مثل دیگر فنون کے یہ بھی ایک فن ہے اور جس طرح عدم واقفیت اور لاعلمی سے دیگر فنون مین غلطیان ہوتی ہین اوسی طرح اس کی بھی کیفیت ہے اگر نرس اپنے فن کی تعلیم یافتہ اور واقف کار نہین ہے تو اوس سے تیمارداری کی خاطرخواہ امید نہین ہوسکتی، ہر عورت کو اپنی عمر مین کبھی نہ کبھی مریض کی تیمارداری کرنی ہوتی ہے اسلئے ہر عورت کو لازم ہے اور ہندوستانی عورتون کو بدرجہ اولی ضروری ہے کہ فن نرسنگ سے واقفیت حاصل کرین اگر انھون نے اس فن کو حاصل کرلیا تو نہ صرف مریض کو آرام پہونچاسکین گی بلکہ جلد صحت یاب ہونے مین معاونت کرین گی۔

یہ بات قابل یاد رکھنے کے ہے کہ نرس خواہ کتنی ہی زیادہ اس فن کی ماہر کیون نہ ہوجائے وہ صرف ڈاکٹر کی مددگار ہوگی۔ صرف ڈاکٹر کے ملاحظہ سے قبل وہ خودمختاری سے کارروائی کرسکے گی۔

ڈاکٹر اور مریض کے مفید مطلب وہی نرس ہو گی جس مین مندرجہ ذیل صفات ہون گے۔

(۱) ڈاکٹر کی واپسی اور آنے کے قبل تک کے واقعات اور مریض کی کیفیت من وعن بیان کر سکے۔ (۲) معمولی اور آسان قسم کی مرہم پٹی کر لیتی ہو (۳) دوائین بنانے اور استعمال کرانے کے طریقون سے واقف ہو (۴) سادہ قسم کے پرہیزی کھانے پکا لیتی ہو (۵) ڈاکٹر جن باتون کو بتائے اُن کو یاد رکھتی ہو اور احتیاط کے ساتھ لفظ بہ لفظ اُسی کی بتائی ہوئی باتون پر عمل کرتی ہو۔

نرس کا یہ منصب نہین ہے کہ ڈاکٹر جو کچھ تشخیص و تجویز کرے اُس سے وہ ہمہ جہت ضرور واقف کر دی جائے۔ جب ڈاکٹر کو ثابت ہو جائے گا کہ نرس اطاعت شعار اور قابل اعتماد ہے تو وہ خود بخود ڈاکٹر کے دل مین جگہہ کرے گی اور وہ اُسکی امداد کا طالب ہو گا۔

اچھی نرس کو صفات ذیل سے متصف ہونا چاہیئے (۱) نیک مزاج (۲) خندہ پیشانی۔ (۳) تحمل (۴) جفاکش۔

زمانہ علالت مین مریض باعتبار اپنی جسمی اور اکثر دماغی حالت کے بالکل نرس کے ہاتھ مین ہوتا ہے اور اُس کا آرام و تکلیف سب نرس پر ہی منحصر ہے۔

نرس کو اپنی ہوشیاری اور خبرگیری کی وجہ سے بے شمار مواقع مریض کی

جسمانی اور قلبی تکالیف کو دور کرنے کے ملتے ہین اور علی ہذا اپنی بدمزاجی یا غفلت یا بے شعوری کی وجہ سے مریض کا مزاج خراب کر دینے کا بھی موقع ملتا ہے، بوجوہ بالا نرس کی متعلقہ خدمات کی تفصیل یہ ہے۔

(۱) ڈاکٹر کے احکام و ہدایات کی بے کم و کاست تعمیل کرنا (۲) مریض کی حالت کو وقتاً فوقتاً بغور دیکھتے اور نوٹ کرتے رہنا کہ ڈاکٹر کے دوبارہ آنے پر ہوبہو پوری حالت بیان کر سکے (۳) مریض کی ضروریات کو پوری کرنا (۴) اپنے محبت آمیز برتاؤ اور باخبری سے مریض کی مدد کرنا۔

ڈاکٹرون کا عام قاعدہ ہے کہ اُسی نرس کو منتخب کرتے ہین کہ جس مین اطاعت شعاری کی صفت ہوتی ہے اور اُن کی ہدایات کی تعمیل بلا چون وچرا کرتی ہے اگر کوئی بات مرض کے متعلق کہنی ہوتی ہے تو صرف ڈاکٹرون سے کہتی سنتی ہے اور مریض سے اسلئے کچھ نہین کہتی کہ مبادا مریض پریشان اور گھبرا نہ جائے۔ جو نرس ڈاکٹر کی عدم موجودگی مین اوس کی بابت رائے زنی کرتی ہو یا مریض سے مرض کے متعلق باتین یا بحث مباحثہ کرتی ہو اُس کو ڈاکٹر لوگ تجربہ ہو جانے کے بعد پھر مقرر نہین کرتے۔

یہ صفات کم و بیش اکثر عورتون مین پائی جاتی ہین اگر ہوشیاری کے ساتھ اس فن کی تعلیم دی جائے تو بلاشبہ اچھی نرس تیار ہو سکتی ہین لیکن ان صفات کے بغیر کوئی سند تیمارداری کے لئے کارآمد نہین۔

(۱) اوسان کا درست رہنا | نرس مین اگر یہ صفت موجود ہے کہ اوسان اُسکے درست رہتے ہین تو سمجھ سکے گی کہ نازک وقت مین کیا کرنا چاہیئے۔

(۲) نیک مزاجی | اگر نرس نیک مزاج اور رحم دل ہے تو مریض کی ہر چھوٹی و بڑی بات کا لحاظ کرے گی اور اپنی دلسوزی سے اُس کی خفیف سی خفیف تکلیف کو بھی دور کرنے کی کوشش کرے گی۔

(۳) پیش بینی | اگر نرس مین پیش بینی کا مادہ ہے تو اپنے مریض کی ضروریات کو پہلے ہی سے محفوظ کرے گی اور مانگنے کی تکلیف گوارا کئے بغیر اُس کی خواہشون کے مطابق تعمیل کرے گی۔

(۴) حافظہ | حافظہ کا اچھا ہونا نرس کی بہترین صفات مین سے ہے، لیکن نرسون کو لازم ہے کہ خواہ کیسا ہی اچھا حافظہ اُن کا کیون نہ ہو کبھی محض اپنی یاد کے بھروسہ پر نہ رہین ڈاکٹر جو ہدایات بتائے اُن کو کاغذ پر لکھ لینا چاہیئے اور اُن کو حرف بحرف عمل کرنے کے لیے یاد رکھنا چاہیئے اور اگر وہ بھول جائے تو اُس مین اس بات کے اقبال کے لئے جرأت ہونی چاہیئے۔

(۵) غور | نرس مین غور کا مادہ بھی ضروری ہے اُس کو لازم ہے کہ جو باتین ایسی ہون جن کو ڈاکٹر دریافت کرے اُن کو بغور دیکھتی اور اپنے دل مین یا کاغذ پر لکھتی رہے تاکہ ڈاکٹر کے آنے پر وہ بتا سکے کہ فلان دوا پلانے کا یہ اثر ہوا کہ مریض اس قدر سویا وغیرہ وغیرہ۔

(۶) راست بازی | نرس کو پورے طور پر راست باز ہونا چاہیئے،
مریض کے متعلق جو کچھہ ڈاکٹر سے رپورٹ کرے وہ ہو بہو درست اور
ٹھیک ہو اپنی طرف سے نہ کوئی بات گھٹائے نہ بڑھائے کیونکہ ظاہر
ہے کہ ڈاکٹر ہر وقت مریض کے پاس موجود نہین رہتا، ڈاکٹر کی تجویز اور
ایک معنی کر کے مریض کے صحت یاب ہونے کا انحصار بہت کچھہ
نرس کی رپورٹ پر ہوتا ہے۔
نرس کو لازم ہے کہ ایک نقشہ جسکو نرسنگ چارٹ Nursing Chart
کہتے ہین مرتب رکھے، نرس کو مریض کے کمرے مین بہت آہستہ آہستہ
پاون دبا کر چلنا چاہیئے۔ لیکن نیچون کے بل چورون کی طرح بھی
نہ چلے اس سے بعض اوقات مریض چونک جاتا ہے۔
نرس کی تندرستی | نرس کا تندرست اور صحیح المزاج ہونا نرس اور
مریض دونون کے لحاظ سے بہت ضروری ہے، نرسون کو علاوہ جسمانی
محنت کے قلبی تکلیف بھی تیمارداری مین پہونچتی ہے جس کا اثر ان
کی عام صحت پر پڑتا ہے ماسوا اسکے نرسون کو دوران بہت سے کام
دوران تیمارداری مین ایسے کرنے ہوتے ہین کہ جن کو کوئی نفاست
پسند عورت بطیب خاطر کرنا ہرگز پسند نہ کرے گی چنانچہ انھین وجوہ
سے خود نرس کی تندرستی خراب ہوجانے کا بھی زیادہ احتمال ہوتا ہے۔
کسی عزیز یا دوست کی تیمارداری کا سلسلہ بعض اوقات ہفتون
تک جاری رہتا ہے اور شبانہ روز تیمارداری مین مصروف

رہنا ہوتا ہے ایسی حالت مین نرس کو جاننا اور یاد رکھنا لازمی ہے
کہ کن صورتون سے وہ اپنی تندرستی قایم رکھ سکتی ہے اور یہ کہ بقاے
صحت کی حفاظت صرف اپنے ہی خیال سے نہین بلکہ مریض
کے لحاظ سے بہی ضروری ہے ۔
کھلے ہوئے میدان مین بلاناغہ روزمرہ ورزش کرنی چاہیئے
اور کم از کم نصف گھنٹہ صبح و شام تیزی کے ساتھ چہل قدمی ضرور
کرنی چاہیئے ۔
نرس کی غذا ہلکی اور مقوی ہونی چاہیئے اوقات مقررہ پر اس کو
غذا کھانی چاہیئے لیکن کسی حالت مین بھی مریض کے کمرہ مین
بیٹھ کر نہ کھائے اور بشرط ممکن گھر والون کے ساتھ ایک میز پر کھائے
وجہ یہ ہے کہ تنہا کھانے مین اس بات کا احتمال رہتا ہے کہ وہ جون
تون کر کے جلدی سے نگل لیا جائے ۔
نرس کو خیال رکھنا چاہیئے کہ قبض نہ ہونے پائے۔ تمام شکایات
اسی سے ہوتی ہین، چلنے پھرنے کا اتفاق کم ہونے کی وجہ سے ممکن
ہے کہ یہ شکایت ہو جائے اسلئے اس کا خیال رکھنا ضروری ہے
تیز مسہلات کے ذریعہ سے امعاء کی صفائی نہ کی جائے بلکہ کوئی
ہلکی ملین دوا مثلاً کیس کارا Cascara یا مرکب ایلوے کی ٹکیان
جو دوا فروشون کے یہان سے بہ آسانی دستیاب ہو سکتی ہین استعمال
کرتی رہے ۔

بعض اوقات مسلسل اور طویل تیمارداری مین نرسون کے حلق مین خراش ہوجاتی ہے اگر اس قسم کی کچھ بھی شکایت ظاہر ہو تو فوراً ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیئے، اگر نرس بہت تھک گئی ہو اور بغیر مقویات کے اپنا کام نہ کر سکتی ہو تو یہ سمجھا جائے گا کہ وہ کام کی زیادتی کر رہی ہے اور اسکو چاہیئے کہ وہ چھٹی لے لیوے۔

نرس کو روزانہ غسل کرنا ضروری ہے صبح و شام بالون مین کنگھی اور پندرہوین دن بالون کو ضرور دھو ڈالنا چاہیئے۔

کھانے کے بعد نرسون کو لازم ہے کہ اپنے دانت خوب اچھی طرح صاف کر لیا کرین تاکہ سانس کے ساتھ کھانے کی بو مریض کو نہ معلوم ہو اور اوسکی خواہ مخواہ اذیت کا باعث نہ ہو۔

نرس کو خوب ہوادار کمرے مین سونا چاہیئے اور رات مین جس وقت مریض کے کمرہ مین آنے جانے کی ضرورت ہو تو خوب اچھی طرح سردی سے بچاؤ کی فکر کرکے اٹھنا چاہیئے خواہ وہ کام کتنا ہی جلدی کا کیون نہ ہو۔

کسی زخم یا پھوڑے کی مرہم پٹی کرنی پڑے تو اگر نرس کے ہاتھ مین کوئی خراش یا زخم ہو تو نہایت احتیاط کے ساتھ کلوڈین Collodion لگا کر اُس کو محفوظ رکھنا چاہیئے اور مرہم پٹی کرنے کے بعد بلا اپنے ہاتھون کو اچھی طرح دھوئے نہ کوئی کھانے کی چیز چھوئے اور نہ اپنے جسم کے کسی حصہ کو ہاتھ لگائے

نرس کو لازم ہے کہ اپنے مریض کی کوئی چیز مثلاً تولیا، صابون، کنگھی وغیرہ وغیرہ ہرگز نہ استعمال کرے۔

باب ہفتم

نرس کا لباس

لباس | جب تیمارداری مین مصروف ہو تو نرس کا لباس سفید یا کسی ہلکے دھاری دار کپڑے کا ہونا چاہیئے اور جہان تک سادہ اور ستھرا ہو تو بہتر ہے۔

امور ذیل کا لحاظ ضروری ہے

(۱) لباس ایسے پارچہ کا ہو جو بآسانی دھو یا جا سکتا ہو۔

(۲) جہان تک ممکن ہو ایسے پارچہ کا ہو کہ جس مین کسی دوسری چیز کے جذب کرنے کی قابلیت بہت کم ہو ورنہ متعدی امراض کے جراثیم اور بدبو وغیرہ کے لپٹ جانے کا اندیشہ رہتا ہے۔

(۳) پارچہ کی بناوٹ ایسی نہ ہو کہ چھونے مین کھردری ہو جو مریض کے اٹھانے بٹھانے مین اس کو ناگوار گذرے۔

(۴) لباس ایسے پارچہ کا ہو کہ چلتے پھرتے کھڑکھڑاہٹ کی آواز نہ ہو۔

ذیل کے پارچہ جات موزون نہین ہوتے۔

(۱) اونی پارچہ جات چھونے مین گرم ہوتے ہین اور ان مین قوت جاذبہ

زیادہ ہوتی ہے، بہت جلد جراثیم اور فضلات وغیرہ کو جذب کر لیتے ہین اور جلد جلد دہونے مین دشواری ہوتی ہے۔

(۲) ریشمی کپڑے چلنے مین کھڑکھڑاتے ہین اسی لئے ناموزون ہوتے ہین

(۳) سوتی پارچے جن مین کلف زیادہ دیا گیا ہو مناسب نہین ہوتے، چلنے مین آواز ہوتی ہے۔

نرسون کے لباس کے لئے حسب ذیل پارچہ جات موزون ہین۔

(۱) زین، براون ہالینڈ Brown holland اشر اور سوتی پارچے ہندوستانی نرسون کے لباس کے لئے بہت موزون اور کارآمد ہوتے ہین اور بہت آسانی کے ساتھ دہوئے جاسکتے ہین، دیکھنے اور چھونے مین بھی ناگوار نہین معلوم ہوتے، ملایم ہونے کی وجہ سے چلنے پھرنے مین بھی کوئی آواز نہین ہوتی اور علاوہ ان فائدون کے یہ جراثیم وعفونت کو آسانی سے جذب نہین کرتے۔

(۲) ایپرن The Apron معمولاً جس طرز اور ساخت کا ایپرن اسپتالون مین استعمال ہوتا ہے اُسی طرز کا ہونا چاہیئے جس مین چست بیٹھنے والا سینہ کا کپڑا اور بڑی بڑی جیبین ہونی چاہئین۔

(۳) ٹوپی اس خیال سے نہین کہ ٹوپی دیکھنے مین اچھی معلوم ہوتی ہے بلکہ اس خیال سے کہ سر پر ٹوپی ہونے کی وجہ سے بال گرد آلود ہونے سے محفوظ رہتے ہین اور وہ جسمانی صفائی رکھنے مین اس طرح مدد کرتی ہے۔

(۴) کالر اور کف ان دونون کو بالکل صاف اور چست ہونا چاہیئے۔

(۵) جوتے | بہت پتلے نوکدار جوتے نہ ہون اور نہ اُن کی ایڑیان زیادہ اونچی ہون، ورنہ اگر فرش خالی ہوا تو چلنے مین کھٹ پٹ کی آواز ہوگی ۔

(۶) زیورات | اسپتالون مین زیورات پہننے کی ممانعت مریضون کے خیال سے عموماً رکھی گئی ہے ۔ بروچ ، مکرپٹی ۔ اور گھڑی جو پن کے ذریعہ سے سینہ پر لگائی جاتی ہے یا لباس مین پن وغیرہ کا لگانا اس بنا پر ممنوع ہے کہ مبادا کسی ناتوان مریض کو اُٹھانے بٹھانے مین نہ چبھ جائے ۔

کام یعنی نرسنگ کرتے وقت انگوٹھیان اس لئے اُتار دینی چاہئین کہ اُن مین میل اور جراثیم کے چھپنے کا اندیشہ ہوتا ہے ۔

(۷) زیرین لباس | بیرونی پتلے لباس کے نیچے سردی سے بچنے کے لیے کافی دبیز کپڑے کا کوئی دامن ہونا چاہیئے ۔

(۸) اُورکوٹ | پیشہ ور ہو یا غیر پیشہ ور ہر نرس کے پاس کوٹ ہونا چاہیئے تاکہ سردی مین باہر آنے جانے کے وقت ڈال لیا کرے ۔

نرسون کے لیے سادے اور ستھرے لباس کا ہونا اور زیورات کے استعمال کی ممانعت مریض کے آرام و راحت کے لحاظ سے رکھی گئی ہے کسی مذہبی نقطہ خیال پر یہ ممانعت مبنی نہین ہے ۔

چنانچہ انھین وجوہ کو لحاظ کر کے "سینٹ جان امبولنس بریگیڈ" St. John Ambulance Brigade کے نرسنگ ڈویژن Nursing Division یعنی (صیغۂ تیمارداری) کی پوشاک مین حتی الامکان اسپتالون کی مجوزہ وردی کی تقلید کی گئی ہے ۔

عیادت کے قواعد

شدید بیماریون مین نرس کو لازم ہے کہ مریض کے کمرے مین عیادت کے لئے لوگون کے آنے جانے کے متعلق ضروری ہدایات حاصل کرلے عام قاعدہ یہی ہے کہ جہان تک کم لوگ آئین جائین اُسی قدر اچھا ہوتا ہے اور متعدی مرض مین تو نرس کا فرض عین ہونا چاہیئے کہ بہت کم لوگون کو مریض کے پاس آنے دے۔ جو لوگ آئین اُن کو لازم ہے کہ مریض سے دور رہین اور رخصت ہونے کے وقت اپنے ہاتھون کو صابون اور دیگر دافع ردائت ادویہ سے دہولین، دیگر معمولی بیماریون مین مریض کی راحت و آرام کو دوستی اور رشتہ داری کے تعلقات پر مقدم رکھنا چاہیئے جب کوئی دوست یا عزیز و قریب باہر سے آئے تو اس کو بلا اطلاع یکایک مریض کے کمرے مین نہ چلے آنا چاہیئے اور علی الخصوص اُس حالت مین جب کہ یہ گمان ہو کہ اُس کو دیکھکر مریض کے جذبات مین ہیجان ہوجائے گا۔ آنے والے کو پہلے اطلاع کرانی چاہیئے اس کے بعد پھر مریض کے پاس آئے اطلاع کے بعد زیادہ

توقف بھی نہ کرے۔ بعض اوقات انتظار کی تکلیف کا بھی اثر ناتوان مریض پر خراب ہوتا ہے عیادت کرنے والے کو لازم ہے کہ مریض کے سامنے بیٹھے تاکہ مریض اپنا سر ادھر ادھر تکیہ پر پھیرے بغیر اُس سے بات چیت کر سکے۔ مریض کے بستر پر ہرگز نہ بیٹھے اور نہ اُس پر جھکے، اور جب رخصت ہونا چاہے تو فوراً اٹھ جائے عیادت والے کو مریض کے نزدیک عرصہ تک بیٹھنا نہ چاہیئے۔[۵]

ملاقاتی کے چلے جانے کے بعد مریض کی حالت کو بغور دیکھ لینا چاہیئے دوران ملاقات مین بات چیت کرنے کی وجہ سے مریض بمقابلہ پہلے کے کسی قدر ہشاش بشاش معلوم ہوتا ہے لیکن اس عارضی کیفیت کا کوئی اعتبار نہین بلکہ اس کا اثر نصف گھنٹہ کے بعد مریض کی حالت سے ٹھیک ٹھیک ظاہر ہو سکتا ہے، اگر تکان کے آثار رونما ہون تو سمجھنا چاہیئے کہ ملاقات کا اثر اچھا نہین ہوا۔

اضطرابی حالت مین دل بہلانے کے لیے مریض کے پاس دوست احباب کا آنا مفید ہوتا ہے۔

جب مریض بہت کمزور ہو اور اوسکے جذبات کو ملاقات کے باعث

---

[۵] مسلمانون مین از روے احکام مذہب جو آداب عیادت قرار دے گئے ہین ان مین مریض کے پاس سے جلد اُٹھ کھڑا ہونا نہایت ضروری ہے ہمارے رسول مقبول صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ہے کہ افضل العیادة سرعت القیام - یعنی بہترین عیادت کی وہ عیادت ہے کہ اس مین جلد اُٹھ کھڑا ہو۔

اشتعال ہوتا ہو تو بیف ٹی Beef tea یا کوئی دوسری مفرح چیز ملاقات کے بعد پلانی چاہیئے۔

ملاقات کے لیے جو لوگ آئیں اُن کو لازم ہے کہ مریض کے کھانے میں مخل نہ ہوں اور جب مریض سوتا ہو یا آرام کر رہا ہو تو اس وقت اُس کو تکلیف نہ دیں۔

باب نہم

کمزور اور ناتوان مریضوں کی تیمارداری

ہاتھ منہ دہلانا ، بستر درست کرنا ، مریض کو اٹھانا

بستر کی چادر بدلنا ، جھولنا ، بیڈ ریسٹ Bed-Rest یعنی دبستر یا چارپائی پر سہارا اپنا ہوا۔

واشس Wash جسمانی صفائی | روزمرہ کم از کم ایک بار مریض کی جسمانی صفائی کردینی چاہیئے - تاکہ مسامات کھل جائین اور جلد اپنا فعل پورے طور پر کر سکے - اس قسم کی صفائی کا بہترین وقت علی الصباح ہے اسیلئے کہ اول صبح کے وقت مریض بمقابلہ دیگر اوقات کے زیادہ قوی رہتا ہے - اور دوسرے یہ کلیہ ہے کہ صبح کے وقت ٹمپریچر کمی پر ہوتا ہے

اعضا کے دہونے مین یہ چیزین ضرور موجود ہون (۱) گرم پانی (۲) صابون (۳) لنٹ Lint یا فلالین کا ٹکڑا (۴) تین بڑی تولیے اسفنج بوجوہ ذیل استعمال نکرنا چاہیئے - (۱) گران قیمت ہوتے ہین

سلہ مراد ہاتھ منہ کا دہونا اور جسم پر تولیہ پھیرنا۔

(۲) ان کا صاف رکھنا دشوار ہوتا ہے (۳) جذب شدہ پانی کی مقدار کا اندازہ ٹھیک ٹھیک نہین ہو سکتا اور علاوہ ان کے ایک نقصان یہ بھی ہے کہ اگر غلطی سے وہ دب جاوے تو بستر نم ہو کر خراب ہو جاتا ہے پانی کا ظرف بستر پر نہ رکھا جاوے بلکہ پلنگ سے ملا کر کوئی تپائی یا کوئی کرسی رکھدی جاوے جسپر پانی کا ظرف رکھا رہے۔ صابون کی ٹکیہ پانی کے ظرف مین نہ ہو بلکہ صابون دان مین علیحدہ رکھی ہو مریض کے اعضا مثلاً (۱) سر و گردن (۲) ہاتھ پاؤن (۳) جسم کے دہونے مین ہدایات ذیل کی پابندی لازم ہے۔

(۱) سر و گردن۔ تکیہ پر دو تہہ کرکے ایک تولیہ بچھا دیا جائے اور چہرہ کان اور گردن دہوئی جائے اگر مریض مرد ہے تو ہفتہ مین دو تین بار سر کے بال دہوئے جائین۔ لیکن احتیاط ہمیشہ رکھی جاوے کہ دہونے کے بعد پورے طور پر بال خشک کرلئے جائین ہر قسم کی علالت مین دن مین کم از کم ایک بار بالون مین برش یا کنگھی ضرور کی جائے۔ بعض امراض مین سر کے سب بال اوتروا دینے لازمی ہین ڈاڑہی اور مونچھ صابون کے پانی سے دہوئے جائین اور کھانے کے بعد کنگھی کرکے برش پھیر دیا جائے ورنہ کھانے کے ٹکڑے اوسمین اولجھکر رہ جاوینگے اور تعفن پیدا کردینگے۔

نرس کو لازم ہے کہ ایک حصہ سفوف گندہک مین دس گنی بورک ایسڈ Boric acid ملا کر ہر تیسرے دن مریض کے سر مین

مالش کردی جاسے اس مین فائدہ یہ ہے کہ صحت ہونے پر بال گرنے
سے محفوظ رہ جاتے ہین۔

بخار والے امراض مثلاً انٹرک فیور Enteric fever
تپ محرقہ جن کا سلسلہ عرصہ تک قایم رہتا ہے۔ اگر ان کے ابتدائی زمانہ
مین سر کے بال ترشوا نہ دئے جائین تو کوئی ہو عورت ہو یا مرد بچہ ہو
یا بوڑہا صحت ہونے پر سب بال گر جاتے ہین۔ خاص کر مرد تو ہمیشہ
کے لئے بالون سے فارغ البال ہو جاتے ہین۔

(ب) اعضاء | ایک وقت مین صرف ایک عضو دہویا جائے
اور بقیہ کو ڈہکا رکھا جاسے تاکہ ٹھنڈ سے محفوظ رہے۔ بازو دہونے
کی حالت مین اوسکو کندہے تک برہنہ کر لیا جاسے اور نیچے ایک
خشک تولیہ بچھا دیا جائے تاکہ بستر تر نہ ہو اور پھر اسکو دہو دیا جاسے
دہونے کے بعد فوراً خشک کر کے کوئی کپڑا اوڑہا دیا جائے۔ ٹانگین
دہونے مین اس امر کا لحاظ ضرور کیا جائے کہ بال اچھی طرح خشک
کئے جائین اور خاص کر انگلیون کے بیچ مین سے خشک کیا جاسے۔ اگر
ضرورت ناخون تراشنے کی ہو تو بخلاف ہاتھ کی انگلیون کے پاؤن کی
انگلیون کے ناخون مربع کی صورت مین تراشے جائین اور گولائی مین
نہ تراشے جائین۔

(ج) جسم | اگر دہڑ کو دہونا ہے تو گردن سے لیکر کمر تک سینہ کو برہنہ
کیا جاسے اور گردن اور دہڑ کے اوپر کا حصہ کسی کپڑے سے ڈہکا

رکھا جائے تاکہ سردی سے محفوظ رہے ۔ اور مریض کے دھڑ اور نیچے
کی چادر کے درمیان دونوں جانب ایک تولیہ لگا دیا جائے اسکے
بعد دھڑ کو دھو دیا جائے اور دھونے کے بعد فوراً خشک کر لینا چاہیئے
پشت دھونے کے لئے مریض کو ایک کروٹ کر دیا جائے اور
پشت کو برہنہ کیا جائے اور جسم کے دیگر اعضاء اور اگلے حصہ کو بستر
کی چادر سے احتیاط سے ڈہانک دیا جائے اور پھر ایک تولیہ دھڑ
اور چادر کے درمیان مین لگا دیا جائے اسکے بعد پشت کو دھو کر
خوب اچھی طرح سے خشک کر لی جائے ۔ پشت کی جلد کی کیفیت سے
غافل نہ رہنا چاہیئے کیونکہ بعض بیماریون مین جب مریض بہت لاغر
اور ناتوان ہو جاتا ہے یا فالج و استرخاء کے مرض مین مبتلا ہوتا ہے
تو جلد رگڑ کھا کر چھل جاتی ہے ۔ یا عرصہ تک لیٹے رہنے سے دباؤ
پڑ کر کبھی پیٹھ مین بیڈسور Beds ore (یعنی پڑے رہنے سے جو زخم
پڑ جاتا ہے) ہو جاتا ہے ۔ بیڈسور Beds ore زیادہ تر ۔ ریڑہ، پیٹھ
کوٹھے کی ہڈی پر ہوتا ہے ایسی صورت مین پشت خوب اچھی طرح
دھو لی جائے اور پھر خشک کر کے وائن Wine اسپرٹ
Spirit لگا دی جائے اور اوپر سے بورک پاوڈر Boric Powder
اچھی طرح بورک دیا جائے اگر بورک پاوڈر Bo'ic Powder جوڑون
مین مثلاً بغل، پیٹھ، اور ٹانگون کے درمیان کبھی کبھی بورک دیا جایا
کرے تو نہایت مفید ہوتا ہے اور بدبو کے پیدا ہونے مین مانع ہوتا ہے

البتہ یہ ضرور ہے کہ ضرورت سے زائد نہ چھیڑا جائے۔

سونے کے کپڑے بدلنا مریض کے رات کی صاف اور ستھری پوشاک پہننے کا وقت وہ ہے جب کہ اوسکے جسم کی صفائی کی جاتی ہے۔
اگر مریض اپنے بل پر آسانی کے ساتھ کروٹ بدل سکتا ہے تو کپڑون کے بدلنے مین کچھ بھی دقت نہین ہوگی لیکن جب ہاتھ پاؤن کا ہلانا ناممکن ہو یا تکلیف ہوتی ہو تو اُس کی ترکیب یہ ہے :-
پہلے لباس کی آستینون کو بغل کی سیون تک چن لو۔ بعد ازان گریبان کو سامنے کی جانب شانے پر ہوتا ہوا گردن مین ڈالو۔ اس رات کے لباس کی سیون کو اوسی جانب نیچے سے بغل کے اوپر کے حصہ تک اور شانہ کے اوپر سے ہوتے ہوئے سامنے کی سیون پر لا کر کھولدو اور کھلی ہوئی جانب یعنی آستینون اور شانون اور پیٹھ کے ایک طرف تھوڑے تھوڑے فاصلہ پر فیتے ٹانک دو تاکہ جب یہ پہنے جائین تو فیتے لگا دیے جائین اور لباس بدن مین فٹ ہو جاوے[ف]۔
کپڑے پہنانے مین اول کھلے ہوئے بازون کو آستینون مین ڈالا جائے بعد ازان آہستہ آہستہ لباس کو مریض کی پیٹھ اور سینہ پر بلا مریض کو حرکت دیے ہوئے لایا جائے اور فیتے باندھ دیے جائین۔

[ف] ہندوستانی لباس مین زیادہ تکلیف نہین ہوتی البتہ اس امر کا خیال رکھنا چاہیے کہ لباس ڈھیلا ہو اگر گریبان یا آستینین تنگ ہونگی تو مریض کو تکلیف پہونچے گی چوڑی دار یا تنگ مہری کا پاجامہ بھی تکلیف دیگا۔

اگر مریض مرد ہے اور حرکت نہین کر سکتا تو کوٹ پیٹھ کی جانب سے پہنانا چاہیئے۔ اور پاجامہ ایسا لباس ہے کہ ناتوان اور ناقابل حرکت مریض کو بھی بآسانی پہنایا جا سکتا ہے۔

سونے کا لباس صبح و شام دونون وقت بدلنا نہایت مفید ہوتا ہے مریض کی زبان کی صفائی کی ضرورت اکثر ہوتی ہے اور بہترین تدبیر یہ ہے کہ نرس اپنی انگلی مین کپڑا لپیٹ لے اور لیمون اور گلیسرین Glycerine کے مرکب سلوشن solution مین یا بورک Boric کے گلیسرین Glycerine مین تر کر کے رگڑ دیا کرے

زمانہ علالت مین مریض کے دانتون اور منہ کی صفائی پر خاص توجہ ہونی چاہیئے اور صبح و شام دانتون مین برش کرنا چاہیئے اور ہر کھانے کے بعد منہ دہلوا دینا چاہیئے۔

بستر لگانا | مریض کا بستر جب کبھی ممکن ہو دن مین ایک مرتبہ ضرور جھاڑ کر بچھانا چاہیئے۔ جیسا کہ اوپر بیان کیا گیا ہے مریض کے کمرہ مین دو بسترون کا ہونا باعث سہولیت ہے۔ مریض کو ایک بستر سے دوسرے بستر پر اوٹھا کر لٹایا جاے یا آرام چوکی پر لٹایا جائے اور احتیاط کے ساتھ مریض کو ڈہانکا جائے اوس وقت تک جبتک کہ بستر کو ہوا لگائی جا رہی ہے۔

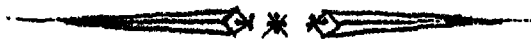
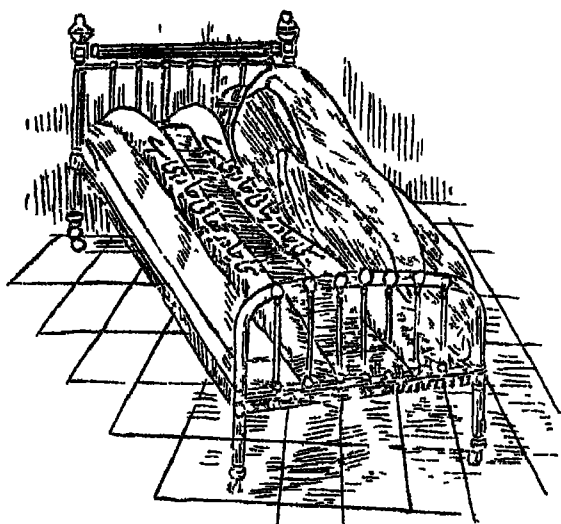
جس حالت مین کہ صرف ایک ہی بستر ہو تو کام چلانے کے لیئے عارضی چیر بیڈ Chair-bed (یعنی کرسی کا بستر) مریض کے لیئے

بنا لینا چاہیئے۔ ترکیب یہ ہے کہ پلنگ سے ملا کر تین چار کرسیان
اس طرح رکھی جائین کہ اونکی نشست تو بسترے کی جانب ہو اور پشت
دوسری جانب ہو اگر کرسیون کی سطح پلنگ کے برابر نہین ہے تو
کئی تہہ کر کے کمل یا تکئے وغیرہ ان پر رکھدیئے جائین بعدازان
اُن پر ایک کمل اس طرح سے ڈال دیا جائے کہ اونکی پشت پر
سے لٹکا رہے۔ بعدازان مریض یا تو اپنی طاقت سے یا نرس
کے سہارے سے آہستہ آہستہ بستر کی جانب کرسیون کے پاس
چلا جائے اور کمل کرسیون کے پیچھے کا ٹہرا ہوا اُس پر اوڑہا دیا جائے
مریض کے سر کے نیچے ایک تکیہ بھی رکھدیا جائے اور اگر ضرورت ہو
تو گرمائی کے لئے ایک اور کمل بھی اوڑہا دیا جائے۔ اسکے بعد اصلی
بستر کے کمل اور چادرین اُٹھائی جائین۔ اس مین سے ایک کمل کو
تو بسترے کے نیچے کی جانب لٹکایا جائے اور دوسرا کرسیون کے
اوپر لٹکایا جائے مگر وہ کسی طور سے اکھٹے نہ پھیلائے جاوین ورنہ
اونکو ہوا یا دہوپ نہ لگیگی بعدازان گدّا اولٹ دیا جائے۔ اور
چادرین اور تکیے وغیرہ بدل دیئے جائین۔ تکئے کو ہوا دینے کی
ترکیب یہ ہے کہ اس کو خوب ہلایا جائے اُس کے ہر ایک سرے
کو پکڑ کر کئی بار موڑا اور ہلایا جائے اور اس عمل کو بار بار دہرایا جائے
جیسے "کنسرٹینا" Concertina باجے کے بجانے مین عمل
کیا جاتا ہے۔ بعدازان تکیہ کو بیچ سے پکڑ کر جلدی جلدی دبایا اور

کھینچا جائے۔ اس سے گرم ہوا جو اُس کے اندر پہلے سے جمع ہوگی
نکل جائے گی اور بجائے اُس کے تازہ اور ٹھنڈی ہوا بھر آئے گی
اس طرح عمل کرنے سے نہ صرف کثیف ہوا نکل جائے گی
بلکہ تازہ ہوا بھر جانے کی وجہ سے تکیہ ٹھنڈا ہو جائے گا عموماً
سبکو اور خاص کر بخار والے مریضوں کو اس سے بہت آرام
ملتا ہے[۱]۔

گدے کا تبدیل کرنا اگر گدا خراب ہو گیا ہے اور مریض میں حرکت
کرنے کی طاقت باقی نہیں ہے یا ہڈی وغیرہ ٹوٹ جانے کی وجہ
سے اُس کا اُٹھنا غیر ممکن ہو تو دونوں جانب سے کملوں کو لپیٹ کر
مریض کے جسم تک لانا چاہیئے۔ بعد ازاں چار آدمی چاروں کونوں
کو پکڑ کر مریض کو کسیقدر اُٹھائیں اور دوسرے لوگ نیچے سے سابقہ
گدے کو کھینچ لیں اور نیا گدا بچھا دیں۔

چادر کا تبدیل کرنا اوپر والی چادر بدلنے میں سب کملوں کو اُٹھا لینے
کی ضرورت نہیں ہے بلکہ ایک کمل جو اُس کثیف چادر سے ملا ہوا
ہے رہنے دینا چاہیئے بعد ازاں صاف چادر کسی دوسرے صاف
کمل سے لگا کر اس کمل کے اوپر لگا دی جائے جو کمل کہ میلی چادر کے

[۱] جہاں تک ممکن ہو تکیہ صاف روئی کا ہو اکثر پرانی روئی جو لحاف اور
توشک وغیرہ سے نکال کر تکیے بنا لیتے ہیں وہ مضر صحت ہوتے ہیں۔

نمبر۴۔ نیچے کی چادر بدلی جارہی ہے

اوپر سے اور کثیف چادر مع کمل کے ایک ہاتھ سے کھینچی جائے اور دوسرے ہاتھ سے نرس صاف چادر اور کمل کو مریض کی تھوڑی کے نیچے تک لیجائے اور پھر کثیف چادر معہ کمل کے بیرون کی جانب سے آہستہ آہستہ کھینچی جائے۔

اگر مریض کے نیچے کی چادر اُٹھانی منظور ہو تو اول اس کے بند گدے سے جدا کئے جائیں بعد ازان ایک صاف چادر کو لنبائی مین نصف عرض تک لپیٹ لیا جائے۔ مریض کو ایک جانب کر دیا جائے اور جو چادر بچھی ہوئی ہے اوسکو اوسیطرح رہنے دیا جائے جس جانب مریض نہین ہے اوس جانب سے وہان تک جھان تک کہ مریض کا جسم ہے چادر کو لپیٹا جائے اور تکئے اُٹھائے جائین اور پھر لپٹی ہوئی صاف چادر۔ بستر کے اوس جانب پر رکھی جائے جھان کا گدہ خالی ہے اور اوسکے کنارے مضبوطی کے ساتھ گدے کے نیچے لگادئے جائین ایسکے بعد اس صاف چادر کے حصہ پر مریض کو کروٹ بدلوا دی جائے (دیکھو نقشہ) کثیف چادر اب دور کی جائے اور گدے کے اوپر ایک صاف چادر بچھا دی جائے اور اسکو سرہانے اور پاشتیون اور دونون جانب سے اچھی طرح پر اندر کو کر دی جائے اگر مریض کروٹ بدلنے سے مجبور ہے تو صاف چادر کو بجائے طول مین لپٹنے کے چوڑائی مین لپیٹا جائے اور پاون کی جانب سے

بچھائی شروع کی جائے اور کثیف چادر کو لپیٹا جائے اور مریض کے پاؤن ٹانگین اور کولھے، شانے، اور سر کو اوٹھاتے ہوئے صاف چادر کو نیچے سے اوپر کی طرف بچھاتے جائین اور میلی کثیف چادر کو لپیٹتے جائین۔

ڈرا شیٹ Draw sheet | پسینہ جب زیادہ آتا ہو یا نیچے والی چادر کے خراب ہوجانے کا اندیشہ ہو تو ایک چادر بڑی چادر پر بچھادی جائے یہ چادر شانہ سے لیکر گھٹنے تک لانبی ہو اور اسکے بچھانے کی ترکیب یہ ہے:- کہ کسی معمولی چادر کو لنبان مین تہکر کو اور ایک طرف سے اوسکو گول بنا لو اور اسکو بستر کے ایک جانب گدے کے نیچے لگا دو۔ چادر کے دوسرے جانب مریض کو لٹا دو اور لپٹی ہوئی چادر کو بستر کے دوسری جانب پھیلا دو اور جو کپڑا لٹکا ہوا ہو اوسکو جس طرف وہ لٹکا ہو گدے کے نیچے دبا دو اور جب نیچے کی چادر خراب ہوجاسے تو اوسکو دونون جانب کھول دو اور پھر مریض کے نیچے سے نکال لو حتی کہ وہ ایک صاف حصہ چادر پر پڑا رہے اور بعد کو چادر کا زیادہ حصہ دونون طرف دبا دو جب مواد بہت زیادہ ہو جیسے کہ ولادت کی حالت مین تو ایک موم جامہ کا ٹکڑا اس نیچے کی چادر پر بچھا دینا چاہیئے اور اوپر سے یہ چادر لگادی جائے۔ ایسی حالتون مین چادر مذکور کی جگہہ پر دوسری صاف چادر بچھا دینی چاہیئے جبکہ مواخر الذکر خراب ہوجائے

بیڈسور Bedsore نحیف اور لاغر مریضوں کی تیمارداری مین اس بات کا لحاظ رکھنا نہایت ضروری ہے کہ اُن کے بستر پر پڑے رہنے سے بیڈسور Beasore (یعنی زخم فراش) نہ ہو جائے۔ فالج یا ریڑہ کی ہڈی کی ضرب مین اس سے بچنا محال ہے لیکن اگر اور امراض مین یہ نمودار ہو جائے تو نرس کے لئے شرم کی بات ہے۔

بیڈسور کے اسباب یہ ہین :-

(۱) جہان پر جلد کے نیچے ہڈی بالکل نزدیک نمودار ہوتی ہے ایسی جگہ پر متواتر دباؤ کا پڑنا۔

(۲) رگڑ۔

(۳) نمی

(۴) نیچے کی چادر یا قمیص مین شکن پڑنا۔

(۵) بستر کے اندر کسی چیز کے ٹکڑے وغیرہ کا پایا جانا۔

(۱) جب عرصہ تک ریڑہ، کولھا۔ شانہ، یا ایڑی پر دباؤ پڑتا ہے تو بیڈسور Bedsore ہو جاتا ہے۔

۳۔ رگڑ کھانے سے ٹخنون گھٹنون اور کھنیون کے نیچے کا چمڑہ اور سر کا وہ حصہ جو تکیہ سے لگا رہتا ہے چھل جاتا ہے۔

اگر امور ذیل کا لحاظ کیا جاسے تو یہ شکایت نہین ہونے پاتی۔

(۱) انتہا صفائی (۲) دباؤ نہ پڑنے دینا۔ صبح و شام پشت اور شانہ کو صابون سے دھوتے رہنا چاہیئے اور احتیاط کے ساتھ

خشک کر لینا چاہیئے دہونے کے بعد اسپرٹ Spirit

برانڈی Brandy یا یوڈی کلون Eau-de-Cologne

کی مالش کردی جاسے اور چار حصہ بورک پوڈر Boric Powder

ایک حصہ اوکسائڈ آف زنک Oxide of zinc مین ملا کر

چھڑک دیا جائے پانی یا ہوا بھرے ہوئے اور ربڑکے بستر اور تکیے اور گدے اور گول

گدے ان زخمون کو روکنے کے لئے بہت مفید ہوتے ہین۔ زانو

ٹخنون اور کھتیون کی حفاظت کے لئے روئی کا گالا رکھکر باندہ دینا

مفید ہوتا ہے اگر ممکن ہو تو دو گھنٹے سے زائد ایک کروٹ مریض

کو نہ لیٹنے دیا جاسے۔ پہلے ایک کروٹ بعد ازان دوسری کروٹ

تکیہ کا سہارا لگاکر کردینا چاہیئے۔

نرس کو لازم ہے کہ جب ہڈی کی اوپر کی جلد سرخ ہو جائے تو

فوراً ڈاکٹر کو بتادے۔

بیڈ ریسٹ Bed Rest یعنی بستر سے پر بیٹھ جانے کے لئے

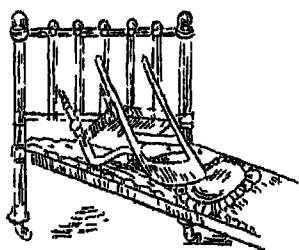
سہارے۔ یہ اسواسطے بنائے جاتے ہین کہ مریض بستر سے مین اپنے

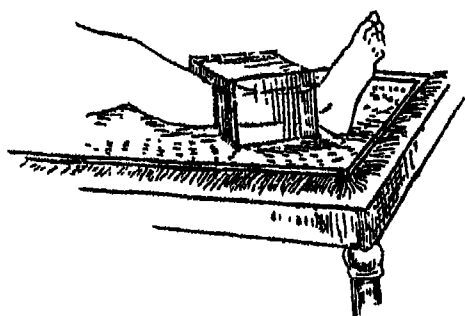
سہارے سے بیٹھ جائے یہ سہارے اس طور سے بنائے جاتے ہین

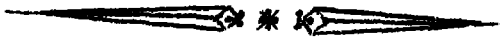
کہ پلنگ پر ایک کرسی اولٹ کر رکھدی جاسے اور کرسی کی پشت

پر کوئی گدا یا کوئی دوسری ملایم چیز رکھدی جاسے۔ اور اس کے

سہارے سے مریض کو بٹھا دیا جاسے (دیکھو نقشہ)

او ٹھنے کے لئے اگر پلنگ کی پائنتی مین کوئی تولیہ باندہ دیا جائے

نمبر ۵ - ترمیم شدہ بستر کا سہارا

نمبر ۶ - ترمیم شدہ جھولا

تو اوس کو پکڑ کر رکھنے مین آسانی ہوتی ہے - اگر خوف ہو کہ مریض بستر پر سے پھسل کر فرش پر گر جائے تو گدے کے نیچے کوئی لکڑی کا تختہ یا بانس رکھدیا جائے جو کہ گدے کو مریض کے کوٹھے کے نیچے ذرا اوٹھائے رکھے - یا پلنگ کے پایون کے نیچے کوئی ہموار لکڑی کے ٹکڑے وغیرہ رکھدئے جائین - اس سے مریض کے نیچے کو پھسلنے کا احتمال نہین ہوگا -

بیڈ کریڈل Bed-Cradle جب زخمی ٹانگ کے حصہ کو بستر کے لگنے سے بچانا ہو تو بیڈ کریڈل Bed-Cradle کی ضرورت ہوتی ہے - ایک خالی وسکی Whisky یا شراب کا بکس جسکے دونون جانب کے حصے نکال دیئے جائین یا تیل کا کنستر جس کا ڈھکن نہ ہو تو یہ چیزین بیڈ کریڈل Bed-Cradle کے طور سے استعمال ہوسکتی ہین اور یہ ایسی ہین کہ ہندوستان مین آسانی سے دستیاب ہوسکتی ہین -

باب دہم

مریض کی غذا

غذا کے پرورشی اجزا حسب ذیل پانچ قسمون مین سے کسی نہ کسی قسم کے ضرور ہوتے ہین۔

(۱) نائٹروجینس Nitrogenoas اجزائے لحمی۔ ان مین انڈے، گوشت، مچھلی، پرند، اور بعض اقسام کی ترکاریان مثلاً مٹر، سیم، اور لنٹل Lentils یعنی پھلیان شامل ہین۔

(۲) فیٹی فوڈس Fatty-Foods اغذیہ مسمنہ۔ ان مین مکھن بالائی، گھی، اور جمیع جانورون کی چربی شامل ہے۔

(۳) کاربوہائیڈریٹ Carbohydrate نشاستہ دار۔ اس قسم کی اغذیہ مین شکر، آلو، ٹے پی کو Tapioca ساگو دانہ، چاول وغیرہ شامل ہین۔ پاؤروٹی مین بھی نشاستہ کا جز ہوتا ہے لیکن باسی ہوجانے یا توسٹ Toast بنانے یا ٹکڑے ٹکڑے کرنے کے بعد بمقابلہ دیگر ہم قسم اشیا کے نشاستہ کی ثقالت کچھ کم ہوجاتی ہے علاوہ نشاستہ کے روٹی مین خفیف مقدار مین نائٹروجن Nitrogen

اور دہنیت ہوتی ہے (۴) مزل فوڈس Mineral Foods
معمولی نمک گندھک اور فاس فیٹس Phosphates اور کاربونیٹس
Carbonates شامل ہین - (۵) غذا کا جزو اعظم پانی بھی ہے
اور بقائے حیات کے لئے مثل ہوا کے یہ بھی ضروری ہے -
علاوہ ان پانچ ضروری اجزا کے چند اور چیزین مثلاً چائے ،
قہوہ ، مٹھائیان بھی ہین جو کھائی جاتی ہین - سوائے پانی اور ہوا
کے غذا مین جزو لحمی یعنی (۱) نیٹروجن Nitrogen کا ہونا ضروری
ہے - تاکہ عضلات عروق ، اور اعظام اور اعصاب بڑہین اور
پرورش پائین (۲) نمکیات بھی بقائے صحت کے لئے ضروری
ہین خون اور استخوان کی ساخت مین ان سے مدد ملتی ہے (۳)
اجزائے دہنیہ - اگرچہ جسم کے اندر پروٹینس Proteins (اجزائے
دودہ و مکھن) سے کسیقدر روغن یا چربی پیدا ہوتی ہے - لیکن
نہ اس قدر زائد کہ جو ضروریات صحت کے لیئے کافی ہو اس لئے خواہ
چربی خواہ کاربو ہائیڈریٹ Carbohydrate خوراک مین ہونی
چاہیئے -
عمر ، جنس ، آب و ہوا ، موسم اور اختلاف طبائع کا لحاظ مقدار
اور نوعیت غذا پر بہت کچھہ ہوتا ہے -
غذائین ہندوستانی ہون یا انگریزی پچاس سے اسّی اونس
تک فیصدی پانی کا جزو ہوتا ہے انسان روزانہ اپنے وزن کا قریباً

سووان یا حصہ خشک غذا اور غذا کا سہ گنا پانی اپنے جسم کے اندر داخل کرتا ہے۔

اب ہم کو یہ دیکھنا ہے کہ کون کون چیزین زیادہ کھائی جاتی ہین

اغذیہ لحمی

لحم | دو قسم کا ہوتا ہے۔ ایک سرخ دوسرا سفید۔ سرخ گوشت مین بکری، بھیڑ، گائے۔ اور سور کے گوشت شامل ہین۔ اور سفید مین پرندون۔ پیرو۔ وغیرہ کے گوشت شمار کیے جاتے ہین۔ پرند اور طیور کے گوشت بمقابلہ اول الذکر کے زیادہ زود ہضم ہوتے ہین ان مین نائیٹروجن Nitrogen البتہ کم ہوتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ پرورشی مادہ زیادہ نہین ہوتا۔

مچھلی | بمقابلہ اُن گوشتون کے جو قصاب فروخت کرتے ہین مچھلی مین پانی زائد اور چربی کم ہوتی ہے اور اخراجی مادہ کم ہوتا ہے۔ یہ خیال کرنا کہ مچھلی مقوی دماغ ہے سراسر غلط ہے۔ لوگون کا یہ خیال ہے کہ مچھلی مین فاسفورس Phosphorus کا جزو زیادہ ہوتا ہے اور دماغ کے لئے فاسفورس Phosphorus مفید ہے۔ لیکن ان مین سے کوئی بھی راے درست نہین ہے اب تک یہ نہین ثابت ہو سکا کہ آیا مچھلی مین فاسفورس Phosphorus زیادہ ہوتا ہے اور فاسفورس Phosphorus دماغ کے لیے مفید

بھی ہے یا نہین۔

ہندوستان مین مریضون کو مچھلی بہت احتیاط کے ساتھ دینی چاہیئے۔ کیونکہ یہ بہت جلد سڑجاتی ہے۔

انڈے | اس مین نائیٹروجن Nitrogen یعنی جزو لحمی زیادہ ہوتا ہے اور اس مین کلام نہین کہ یہ سب سے بہتر غذا ہے سفیدی مین البیومن Albumen اور پانی کا جزو زیادہ ہوتا ہے خام اور نیم برشت حالت مین نہایت سریع الہضم ہوتا ہے البتہ اگر دیر تک ابالا جائے تو ثقالت آجاتی ہے۔ اسکی زردی مین جزو دہنہ اور فاس فیٹ Phosphate زیادہ ہوتا ہے۔ انڈے مین حیوانی اور نباتی دونون اجزا پائے جاتے ہین شکر اور نشاستہ بالکل نہین ہوتا۔

دودھ | زیادہ دودھ جو ہم استعمال کرتے ہین وہ گائے کا ہوتا ہے بھینس، بکری، بھیڑی کے دودھ اور گائے کے دودھ کے اجزا یکسان نہین ہوتے بلکہ خواص مین ہر ایک کے فرق ہوتا ہے لیکن کم وبیش مفید ہوتے مین سب یکسان ہوتے ہین۔

دودھ کا شمار بہترین غذاؤن مین سے ہے اس کے اجزا مین پرورشی مادہ زیادہ ہوتا ہے اور نہایت سریع الہضم غذا ہے چونکہ نوزائیدہ بچون کی بھی غذا ہے اسلئے قادرمطلق نے اس مین پانی کا جزو اور نیز دہنیت و پرورشی مادہ زیادہ رکھا ہے اور نشاستہ

وشکر کا جزو کم ہوتا ہے۔ اسلئے علاوہ بچون کے جو الوزن کے لئے کامل غذا ہونے کا اطلاق نہین ہوسکتا۔ بچون اور مریضون اور کمزور ون وناتوان لوگون کے لیے دودہ بدرجہ غایت مفید غذا ہے۔ ایک پائنٹ Pint اچھے اور خالص دودہ مین قریباً ڈہائی اونس پانی کا جز ہوتا ہے۔ اور ایک پونڈ گوشت مین قریباً چار اونس ہوتا ہے لیکن یہ سب اجزا پورے طور پر ہضم نہین ہوتے۔ برخلاف اسکے دودہ کے اجزاے مذکور سب ہضم ہوجاتے ہین۔

دودہ کے استعمال کا عام قاعدہ یہ ہے کہ اوبال کریا یا پیسچرائیز Pasteurised کرکے صاف کرلیا جائے اُبلا ہوا دودہ بہ نسبت تازہ دودہ کے زیادہ سریع الہضم ہوتا ہے اگرچہ پرورشی مادہ اوبالنے سے کچھ کم ہوجاتا ہے۔

مریضون کے لئے بالائی اوتارا ہوا دودہ اور "دہی" Whey بہت مفید خوش ذایقہ اور سریع الہضم ہوتا ہے۔

"روغنی اشیاء"

مکھن | عمدہ اور خالص مکھن کا رنگ زرد ہونا چاہیئے۔ اگر چراگاہ جہان دودہ دار مویشی چرائی جاتی ہین خوب شاداب اور سرسبز ہے تو مکھن کا رنگ بہی زیادہ شوخ ہوتا ہے۔ جو گائین مکانون مین رکھی جاتی ہین اور اون کو خشک گہانس یا بہوسہ کھلایا جاتا ہے

اُن کا نہ دودھ اچھا ہوتا ہے اور نہ مکھن۔ بھینس کے دودھ کی بالائی کا رنگ ہلکا سفید ہوتا ہے۔

حیوانات کی غذا کا اثر اُن کے مکھن یا گھی کے رنگ پر بہت ہوتا ہے۔ مکھن کے زردی مائل ہونے کے لیے اکثر لوگ اپنے مویشیون کو مختلف چیزین کھلاتے ہین۔

اگر مکھن اچھا اور خالص ہے تو مریضون کے لیے بہت مفید ہوگا۔ تازہ اور عمدہ مکھن نہایت خوش ذائقہ اور سریع الہضم ہوتا ہے ہندوستانی لوگ بجاے مکھن کے گھی استعمال کرتے ہین اسکے بھی مقوی اور عمدہ ہونے مین کلام نہین لیکن بوجہ خاص ذائقہ کے انگریزون کو مرغوب نہین۔

"نباتی غذائین"

مریضون کو چند خاص نباتی غذائین حسب ذیل دیجاتی ہین۔

۱۔ روٹی۔ یہ مختلف طریقون سے پکائی جاتی ہے۔ سب طریقون کی غرض یہی ہوتی ہے کہ پانی ملا کر آٹا گوندھا جاے اور قریباً ساڑھے چارسو فہرن ہائٹ Fahrenheit ٹمپریچر مین پکائی جائے۔

عمدہ روٹی وہ ہوتی ہے کہ جو ہلکی ہو اور اندر سے مثل اسپنج کے خانہ دار ہو اس کا مزہ نہ ترش اور نہ تلخ ہو اور نہ خشک ہو۔ ہر طرف سے اس طرح پک جائے کہ آگ سے اوتار لینے پر نیچے کا حصہ سیج

نہ جاسکے۔

۴- اوٹ میل Oatmeal | دلیا۔ تمام غلوں میں اوٹ میل Oatmeal سے زیادہ کسی دوسرے غلہ میں پرورشی اجزا نہیں ہوتے۔ اس میں جزو مدہنہ بھی بہت ہوتا ہے۔ اسکے بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ اوٹ Oat کو پیسا نہ جاسکے بلکہ دل نہ لیا جاسکے۔ چنانچہ بہ نسبت معمولی اوٹ میل Oatmeal کے دلی ہوئی زیادہ زود ہضم اور آسانی سے گل جانے والی ہوتی ہے۔ اس طریقہ سے بنا کر تاجر لوگ مختلف نام رکھ کر فروخت کرتے ہیں۔

گرودیل Gruel | پانی یا دودھ میں اوٹ میل Oatmeal ابال کر بنایا جاتا ہے۔ اور پورج Porridge کے بنانے کی ترکیب یہ ہے کہ کھولتے پانی میں میل Meal ڈال کر یہاں تک چلاتے رہیں کہ آخر میں مثل پڈنگ Pudding کے ہوجاسکے۔

ہم بکارن فلاور Cornflour | مکئی یا جو سے بنایا جاتا ہے ایلکلائن سلوشن Alkaline solution سے دہو کر لحمی اور مدہنہ جزو نکال دیا جاتا ہے اور اسطرح نشاستہ کا جز بہت کم رہجاتا ہے

۵- چاول | لحمیت اور دہنیت اور نمکیات بمقابلہ دوسرے غلوں کے چاول میں بہت کم ہوتی ہے برخلاف اسکے ۷۰ فیصدی نشاستہ کا جزو ہوتا ہے۔ اوبالنے پر قریباً پنج گونہ پانی جذب کرتا ہے اور بعض نمکیات اوبالنے سے دور ہوجاتے ہیں اسلئے مناسب یہ ہے کہ چاول

کو بھاپ[ف۱] سے پکایا جائے
چونکہ لحمیت اور روغنیت چاول مین بہت کم ہوتی ہے اسلئے پرورشی مادہ بھی کم ہوتا ہے خالی چاول پر کامل غذا کا اطلاق نہین ہوسکتا اسلئے اسکو دودھ یا انڈون کے ساتھ کھانا چاہیئے تاکہ لحمیت وغیرہ کی کمی کی کچھ تلافی ہوجائے۔

۶۔ آلو | اس مین شکر نشاستہ اور کسی قدر پروٹیڈ Proteid ہوتا ہے۔ خوب پکایا ہوا آلو سریع الہضم ہوتا ہے۔ اسکے عرق مین جو نمکیات ہوتے ہین وہ مرض "گوشت خورہ" کے لئے حفظ ماتقدم کے ہوتے ہین۔

۷۔ سبز ترکاریان | ان مین پانی کا جزو بہت زیادہ ہوتا ہے اور ریشہ اور خفیف مقدار مین شکر اور گوند وغیرہ بھی ہوتا ہے۔ خوش ذایقہ کرنے کے لئے ترکاریان عمدہ غذا ہین اور ان سے امراض متعدی متعلقہ لب، دندان، مسوڑہے حلق وغیرہ کے بھی نہین ہوتے۔

(۸) چوسنے والے پھل بہت تھوڑی غذائیت رکھتے ہین مگر نباتی سالٹ salt ان مین بہت زیادہ ہوتا ہے یہ بھی نمک کا [illegible]

[ف۱] بھاپ سے پکانے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک دیگچی مین پانی بھر کر چولھے پر رکھدیا جائے اور دیگچی کے موتہہ پر موٹا اور صاف مگر سفید کپڑا باندہ کر اسین چاول ڈال دیئے جائین اور اوپر سے ڈہک دیا جائے۔ اب پانی مین گرم ہونے کے بعد جو بھاپ نکلیگی وہ ان چاولون کو پکاسے گی۔

Antiscorbatic اصلی از وجہ سے ہوتے ہین۔

غذا کا چبانا

لعاب دہن کا اثر ہضم کرنے کے فعل پر بہت ہوتا ہے روٹی اور نشاستہ والی اغذیہ مین اگر لعاب دہن کی امداد نہ ہو تو زیادہ ثقالت پیدا کرتی ہین چنانچہ غذا کے پورے طور پر ہضم کرنے کے لئے نہ صرف چبانے کی ضرورت ہے بلکہ کچھ دیر تک منہ مین بہی رکھنا اور پھراتے رہنا چاہئے مریضون کی غذا اون پر بدرجہ غایت لعاب دہن کا اثر ہونا ضروری ہے روٹی۔ دودہ۔ چاول۔ ساگودانہ۔ پوڈنگ Pudding یہ سب ایسے کہانے ہین کہ ان کو زیادہ چبانے کی ضرورت نہین ہوتی لیکن فوراً نہ نگل جانا چاہیئے کچھ دیر تک منہ مین رکھے جائین تا کہ لعاب دہن پورے طور پر ان مین مل جائے۔ جب کوئی شخص لعاب دہن خالی نگل جاتا ہے تو معدہ مین پہونچنے پر اسکی قوت ہاضمہ زائل ہو جاتی ہے

باب یازدہم

مریض کے لیے کھانا پکانا

کھانا پکانے مین دو باتون کا لحاظ رکھنا ضروری ہے۔

(۱) پکنے پر غذا دیکھنے مین خوشنما معلوم ہو اور خوش ذائقہ۔

(۲) پکانے مین ثقالت دور کی جائے اور اس مناسبت سے ساتھ اجزا اُس مین ملائے جائین کہ جن سے وہ دیر تک خراب نہ ہو۔

یہ خیال کرنا غلطی ہے کہ جس قدر دیر تک چیز پکائی جائے گی اُسی قدر جلد ہضم ہو جائے گی البتہ ترکاریون کی نسبت یہ خیال صحیح ہو سکتا ہے گوشت اگر زیادہ پکایا جائے تو اُس مین ثقالت آجاتی ہے یہ بات دوسری ہے کہ زیادہ پکا ہوا گوشت دیکھنے مین آنکھون کو بھلا معلوم ہو اور اوسکی وجہ سے ہاضم لعاب زائد مقدار مین پیدا ہون کہ جس سے وہ ہضم اچھی طرح پر ہو جائے۔

کھانے کی چیزین مختلف طریقون سے پکائی جاتی ہین مثلاً پانی مین آبالی جاتی ہین۔ بریان کی جاتی ہین۔ تنور مین پکائی جاتی ہین آگ پر سینک کر پکائی جاتی ہین۔ ماہی توے مین مکھن یا گھی ڈال کر بھونی

جاتی ہین۔

۱۔ اُبالنا | پرورشی مادہ قایم رکھنے کے لیئے گوشت کی بوٹیاں نہین بنائی جاتین بلکہ پارچہ کا پارچہ گھولتے ہوئے پانی مین اوبالا جاتا ہے اور چند منٹ مین گوشت کے پارچہ پر البیومن Albumen کی ایک تہہ جم جاتی ہے بعد ازان آنچ دہیمی کر کے ۱۶۰ درجہ فرن ہائٹ ٹمپریچر Fahrenheit temperature پر پکایا جاتا ہے پرورشی مادہ نکالنے کے لیئے گوشت کو قیمہ کر لیا جاتا ہے اور ٹھنڈا پانی ڈالکر دہیمی آنچ پر چڑہا دیا جاتا ہے۔ شروع مین آنچ دہیمی اور بعد مین کسی قدر تیز کر دی جاتی ہے۔ اگر یخنی بنانی ہو تو ایک بار اس قدر آگ تیز کر دی جاوے کہ پانی کھولنے لگے اور بعد ازان دم پر دیدیا جاوے۔

۲۔ بریان کرنا | بریان کرتے مین البیومن Albumen کا جزا اوپر آجاتا ہے۔ شروع مین آگ کے قریب رکھنا ہوتا ہے اور پھر اُس سے قدرے ہٹا کر رکھا جاتا ہے۔

۳۔ تنور مین پکانا | تنور مین پکانے اور بھوننے مین زیادہ فرق نہین ہے۔ تنور بند ہوتا ہے اور ایک بار خوب تیز آنچ سے گرم کر دیا جاتا ہے اور اُس کے اندر چیز رکھدی جاتی ہے۔ اور بریان کرنے مین جو خوشبودار مادہ مثلاً شکر کے جلانے سے پیدا ہوتا ہے اور جو کھانے کی چیز پر بطور تہہ کے جم جاتا ہے وہ اس مین نہین جمتا۔

۴۔ اسٹوئینگ Stewing | بعض اوقات قدرے پانی ڈالکر

اور بعض اوقات بلا پانی کے آگ پر پکانا ہوتا ہے۔ کسی چیز کے اُبالنے کے لئے جس قدر آنچ کی ضرورت ہوتی ہے وہ اوسیقدر آنچ اسٹو Stew بنانے کے لیے نہین ہوتی۔ اسٹو Stew کرنے مین آنچ کا ٹمپریچر ۱۸۰ درجے فہرن ہائٹ Fahrenheit ہونا چاہیئے۔

۵۔ برائیلنگ Broiling وہ ہے جبکہ کوئی چیز دو گرڈائرن Grid-iron کے اوپر بہت جلد بریان کی جاتی ہے۔

۶۔ فرائینگ Frying ماہی توا مین تیل یا مکھن ڈال کر چیز بھونی جاتی ہے۔ فرائینگ Frying کرنے مین پانی نہین استعمال کیا جاتا۔ ایک بار آنچ زیادہ تیز ہونی چاہیئے۔

مچھلی یا جو چیز تلی جائے اُس کو خوب اچھی طرح گلا کر تلنی چاہیئے تاکہ نیچے اوپر ہر طرف سے گل جائے۔

تلنے اور بھوننے مین فرق ہوتا ہے بھوننے مین بہت خفیف مقدار مین چربی یا کوئی دوسری چکنی چیز اس غرض سے استعمال کی جاتی ہے کہ ماہی توے مین چیز لپٹ نہ جائے اور تلنے مین چربی یا مکھن وغیرہ کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔

ہدایات ذیل کی پابندی مریضون کی غذا تیار کرنے اور کھلانے مین ہونی چاہیئے۔

(۱) صفائی سب سے مقدم یہ ہے کہ غذا خوب پکی ہوئی خوش ذائقہ اور خوشنما ہو۔ علی الخصوص مریض کی غذا طیار کرنے مین صفائی کا

لحاظ بدرجہ غایت ہونا ضروری ہے۔ غذا صاف اور ستھرے برتنون
مین نکالی جاسے اگر کھانے پینے کے برتن صاف اور ستھرے نہ ہوئے
تو یقیناً بدہضمی ہوگی اور اون کو دیکھکر اشتہا بھی غائب ہوجاے گی
کھانا کچھ نہ کھایا جاسکے گا۔ ہر چیز کو بہت صاف اور خوشنما ہونا چاہیئے
دسترخوان یعنی جو پارچہ کہ ٹرے Trey (کشتی) مین بچھایا جاتا ہے
وہ صاف ہو دہبے وغیرہ نہ ہون اور نہ اُس مین کھانون کی بو آتی ہو۔
چمچے، کانٹے اور چھری بھی علی ہذا چمکدار اور صاف ہون۔

(۲) مقدار | مریضون کے لئے کھانے ایک ساتھ زیادہ پکاکر نہ رکھ لئے
جائین۔ بلکہ ہر وقت تازہ کھانا پکاکر دینا چاہیئے۔

مریض کے سامنے زیادہ مقدار مین کھانے نہ لائے جائین۔ کیونکہ
دیکھکر بھوک جاتی رہتی ہے اگر ایک قدح بھر کر بیف ٹی eef-Tea
(یعنی یخنی چاے) سامنے لائی جاے تو پینا تو درکنار دیکھکر ہی طبیعت
بھر جاتی ہے اور وہی چاے گئے اگر پیالیون مین لائے جائی تو خواہش
کو اور مشتعل کرتی ہے۔

(۳) غذا تیار رہنا چاہیئے | مریضون کے لئے غذا ہر وقت تیار موجود
ہونی چاہیئے۔ بعض اوقات پکنے مین توقف ہونے سے علاوہ انتظار
کی تکلیف کے بھوک غائب ہوجاتی ہے۔

(۴) سامان خوردنی | کھانے کی چیزین خواہ پکی ہون یا کچی مریض کے
کمرے مین ہرگز نہ رکھی جائین بلکہ صرف کھانے کے اوقات مین

مریض کے سامنے لائی جائیں اور اگر مریض نہ کھائے تو وہ فوراً وہاں سے علیحدہ کردی جائیں۔ پینے کا پانی کمرے کے باہر رکھا جائے ورنہ احتمال ہے کہ ہوا کے ذریعہ سے جراثیم اُس میں سرایت نہ کرجائیں۔

(۵) غذا کا کھلانا | اگر ڈاکٹر نے تجویز کیا ہے کہ تھوڑے تھوڑے وقفہ سے مریض کو غذا دی جائے اسلئے اگر وہ سوتا ہو تو جگا دیا جائے۔ کیونکہ کمزوری و نقاہت سونے میں بڑھتی رہتی ہے۔

یہ اکثر ہوتا ہے کہ بعض مریض صبح کے وقت اول اول کوئی چیز نہیں کھا سکتے اور اگر نہ کھلایا جائے تو بھوک مر جاتی ہے۔ اسلئے خشک چیز کھلانے سے قبل کوئی سیال چیز کھلا دی جائے تاکہ اشتہا کھل جائے

(۶) غذا کا پکانا | کوئی غذا مریض کے کمرے کے اندر نہ پکائی جائے صبح کے وقت اگر کچھ ناشتہ کرلیا جائے تو ضعف نہیں معلوم ہوتا اور وقت مقررہ پر دن کا کھانا بہت لطف کے ساتھ کھایا جاتا ہے۔

سیال غذائیں دینا ہوں تو پیمانہ سے ناپ کر دی جائیں۔ کیونکہ بعض مریض اور بالخصوص بچے پینے کے دوران میں سانس نہیں لیتے اسلئے ممکن ہے کہ کم و بیش نہ پی جائیں۔ اس موقع پر یہ بات قابل یاد رکھنے کے ہے کہ جس قدر گلاس چھوٹا ہوگا اُسی قدر شے کی مقدار زیادہ معلوم ہوگی۔

اگر مریض بہت لاغر اور کمزور ہے تو غذا کھلانے اور پلانے کے لئے اٹھانے میں تکیہ کے نیچے سے ہاتھ لیجا کر مریض کے سر اور شانوں کو سہارا

دیکر اُٹھانا چاہیئے۔ اگر گردن زیادہ جھک گئی ہے تو چیز کے نگلنے مین مریض کو تکلیف ہو گی۔ اگر سر سیدھا نہین اُٹھ سکتا تو رقیق چیزین منہ کے دونون کنارون سے بہہ جائینگی۔

ہر عیال دار صاحب خانہ کو ایک "فیڈنگ کپ"[۵۱] Feeding-cup ضرور مکان مین رکھنا چاہیئے اگر فیڈنگ کپ Feeding-cup موجود نہ ہو تو چائے دانی سے کام لیا جا سکتا ہے۔

[۵۱] ایک قسم کا پیالہ ہوتا ہے۔

باب دوازدہم

محرکات دماغ اور دیگر مشروبات

ٹمپریچر یعنی حرارت غریزی پیدا کرنے کے لئے خفیف مقدار مین شراب دی جاسکتی ہے۔ لیکن اُسی کے ساتھ شرط یہ ہے کہ مقدار محض خفیف ہو تمام دن اور رات مین زائد سے زائد دو اونس ہونی چاہیے جب کسی وجہ سے غذا کم دی جاسے تو شراب کا استعمال اکثر مفید ہوتا ہے۔ لیکن جب غذا کافی دی جائے تو بالکل بے ضرورت ہے۔[۵۱] الکحل[۵۲] Alchohol اس کا استعمال حسب تجویز ڈاکٹر بطور دوا کے کرنا چاہیئے اور علاج کا ایک جزو ہونا چاہیئے جس طرح نرس کو قطعی ممانعت اپنی مرضی سے دوا تجویز کرنے کی ہے۔ اوسی طرح بلا استمزاج ڈاکٹر نرس کو اجازت نہین ہے کہ مریض کو برانڈی Brandy دے اتفاقی اور ناگہانی صورتون کے علاوہ بلا اجازت ڈاکٹر کے مریضون کو

---

۵۱ مسلمانون مین شراب حرام ہے اگرچہ اسمین نفع ہے لیکن سخت گناہ ہے اس لیے شراب کا بدل دوسری چیزون سے ہوسکتا ہی اوران چیزون کو طبیب یا ڈاکٹر تجویز کرسکتا ہے۔

۵۲ الکحل کی بابت بھی میری وہی راسے ہے جو نمبر ۱ مین درج ہے۔

ہرگز برانڈی نہ دی جاوے۔ اور اتفاقی اور ناگزیر حالتوں سے مراد اون اوقات سے ہے کہ جب مریض کے آخر وقت کا خطرہ ہو جیسے ڈوب جانا یا قلب کی حرکت بند ہو جاتا۔ اگر ایسی حالت مین برانڈی تجویز کی جائے تو مقدار مجوزہ سے ہرگز تجاوز نہ ہونا چاہیئے۔ کوئی معقول وجہ نہین ہے کہ اگر ڈاکٹر نے ایک بار برانڈی دی ہے تو افاقہ ہوتے پر بھی دی جائے دران حالیکہ جس ضرورت سے کہ دی گئی تھی وہ ضرورت ہی اب باقی نہ رہی ہو۔

سیلان خون کی حالت مین شراب دینا ممنوع ہے کیونکہ آسکے دینے سے اگر قلب کو حرکت ہوئی تو خون کا دوران سرعت کے ساتھ ہونے لگے گا اور خون زیادہ نکلے گا۔ جب کوئی شخص بے ہوش یا سکتہ مین ہوتا ہے تو خیال ہوتا ہے کہ اسکو برانڈی دینا چاہیئے۔ لیکن اگر بے ہوشی دماغ سے خون آنے کی وجہ سے ہے یا دیگر وجوہات سے ہے تو برانڈی بجاے فائدہ کے نقصان کرتی ہے۔

جب کسی مریض کو دل و دماغ کی حرکت کے لیے برانڈی دی جائے تو اس مین زیادہ پانی نہ ملایا جاوے۔ جوانون کے لئے ایک حصہ برانڈی مین دو چند پانی اور کم عمر بچون کے لئے پانچ یا چھ گونہ پانی ملانا چاہیئے برانڈی تہوڑے تہوڑے وقفہ سے دی جائے تاکہ دل و دماغ کی تحریک کا سلسلہ منقطع نہو۔ ورنہ تحریک دیرپا نہین ہوگی اور اضمحلال شروع ہو جائیگا۔ اور چونکہ اسکو جلد جلد دینا ہوگا اسلئے تہوڑی تہوڑی دی جائے تمام دن اور رات مین

تین اونس سے زیادہ نہ دی جائے اور مریض کی حالت اور مرض کے لحاظ سے اس مقدار کو تقسیم کرکے ایک ایک خوراک مین دینی چاہیئے۔

تین اونس برانڈی ۲۴ ڈرام Drachms کے برابر ہوتی ہے اس لیے ایک ڈرام فی گھنٹہ کے حساب سے نرس کو چاہیئے کہ مریض کو پلاتی رہے۔ یا دو ڈرام ہر دو گھنٹہ کے بعد یا علیٰ ہذا اسی مناسبت سے لیکن معمولی مریضون کو اگر ہر چار گھنٹے کے بعد نصف اونس برانڈی دی جائے تو مناسب ہے۔

محرک مشروبات کی مقدار تجویز کرنے کا کام ڈاکٹرون کا ہے۔ لہذا انھین کی رائے سے ان اشیاء کے پلانے کا وقت بھی مقرر کرنا چاہیئے۔ کھانے کے بعد شراب کے پینے کا عام قاعدہ ہے۔ لیکن اگر کھانے کے دوران مین ضرورت ہو تو قبل پینے کے انڈے کی سفیدی ملاکر خوب اچھی طرح پھینٹ دی جائے عموماً چار سے چھ اونس تک پورٹ وائن Port wine دیا جاتا مریضون کو ڈاکٹر تجویز کرتے ہین اور اس سے زائد مقدار مین ایک وقت مین نہ دی جائے۔ جو مریض اچھی طرح غذا نھین کھاتے اُن کو انڈا اور برانڈی ملاکر دی جاتی ہے۔

نمونیا Pneumonia چونکہ مہلک اور چند روزہ بیماری ہوتی ہے اسلئے برانڈی اس کے مریضون کو زیادہ مقدار مین دی جاتی ہے لیکن ایسے امراض جن کا سلسلہ تین چار ہفتے تک جاری رہتا ہے مثلاً ٹائیفائڈ Typhoid وغیرہ یا دیگر امراض جن کا سلسلہ تین چار مہینہ تک

رہتا ہے اُن مین اگر ڈاکٹر نے اس کا دینا تجویز کیا تو تھوڑی مقدار
مین دی جاتی ہے - ایک سے دو اونس تک تمام دن رات مین
دینی چاہیئے - اور مفید ثابت ہونے پر چھ سے آٹھ اونس تک
بھی دی جاسکتی ہے اس سے زائد مقدار ڈاکٹر لوگ شاذونادر
ہی تجویز کرتے ہین شیم پین شراب Champagne دو تین گھنٹہ یا
کچھ کم وقفہ سے ایک اونس سے زائد ایک وقت مین نہین دیجاتی
نرس کو لازم ہے کہ دیکھتی رہے کہ مریض پر شراب کا اثر کیا ہوا
ٹمپریچر اور نبض کی کیا حالت رہی مریض کو نیند آئی اور بے ہوشی
رفع ہوئی یا نہین -

جاء اور قہوہ بادی النظر مین ایسا معلوم ہوتا ہے کہ بلا اُبالے
ہوے پانی کے برے نتایج سے محفوظ رہنے کے لئے جاء و قہوہ
کا استعمال جاری ہوا ہے - گرم ممالک کے رہنے والون کو تجربہ
نے پانی کو جوش دیکر پینا بتلایا اور چونکہ نا واقف لوگ جوش دینے
کی علت غائی سے واقف نہ تھے اور اُبلا ہوا پانی بدمزہ بھی ہوتا ہے
اسلئے خوش مزہ کرنے کے لئے جاء کی پتیان ملائین اور یہ رواج اب
عام ہوگیا ہے -

جاء اور کافی مین ایسے اجزا شامل ہین کہ جو عصبی عضلات مین
تحریک پیدا کرتے ہین - اگر جاء یا قہوہ کو خفیف مقدار مین استعمال
کیا جاسے تو اُن کا اثر قلب پر بطور مقوی چیز کے ہوتا ہے لیکن زیادہ

مقدار مین یا جلد جلد پی جائے تو اس سے قلب مین کمزوری اور اسکی حرکت مین خلل واقع ہوتا ہے۔

قہوہ اور چاء کی زیادتی سے دل دہڑکنے لگتا ہے اور مزاج وہمی ہوجاتا ہے

کوکو۔ اور کوکا Cocoa and coca اکو کوکے مفرح اور خوش ذائقہ ہونے مین کلام نہین اور مریض اکثر برغبت اسکو پسند کرتے ہین ۔ لیکن مختلف اقسام کی مقوی شرابون مین کوکا اور کولا Coca and Kola کے اجزا ملانے کی جہان تک برائی کی جاے بجا ہے ان اشیاء مین تحریک پیدا کرنے والے خواص ہوتے ہین۔ اُن کا اثر انسان کے اعصاب پر اچھا نہین پڑتا۔ اور خواہش بڑہتی جاتی ہے۔ تسکین نہین ہوتی ۔ بالآخر انسان بالکل عادی ہوجاتا ہے اور ایک دیوانگی کی حالت کو پیدا کرتا ہے جسکو کوکین کھانے کا خبط کہتے ہین۔ افسوس ہے کہ ہندوستان اور دیگر گرم ممالک مین اس کے استعمال کا رواج بڑہتا جاتا ہے۔ یہ چیزین ایسی ہین کہ بلا ڈاکٹر کی نگرانی کے ہرگز استعمال نہ کی جائین ورنہ عادت ہوجاتے پر گلو خلاصی مشکل ہوتی ہے۔

لمینڈ و سوڈا وغیرہ Aerated-waters علاوہ مذکورہ بالا مشروبات کے دیگر اقسام کے مشروبات بھی استعمال کئے جاتے ہین مثلاً لمینڈ۔ سوڈا۔ وغیرہ ان مین پانی کے علاوہ نمکیات یا شکر ملائی جاتی ہے ان کے سوا خوش ذائقہ کرنے کے لیے دوسری چیزین بھی ملا دیتے ہین کاربونک ایسڈ گیس

Carbonic acid Gas کے ذریعہ سے ان اقسام کے
پانی بوتلون مین بھرے جاتے ہین پانی نہایت شفاف ہوتا ہے
مریض لوگ بہت رغبت کے ساتھ ان کو پیتے ہین - معدہ
درست کرنے کے لیے دودھ مین بھی ملا کر سوڈے کا استعمال
کیا جاتا ہے -

"ادویہ اور اُن کا پلانا"

نرس کے اہم ترین فرائض مین سے دوا کا پلانا ہے بہت زیادہ سلیقہ اور تمیز کی اس کے لئے ضرورت ہوتی ہے۔ اکثر مریض دوا کے پینے مین بہت منہ بناتے ہین۔

دوا ناپنے کے پیمانے | صرف دوا سازہی کا کام نہین ہے کہ نسخہ باندھنے کے وقت ہر ایک جزو کو وزن کر لیا کرے بلکہ نرس کو بھی لازم ہے کہ دوا وزن کرکے اور پیمانے سے ناپ کر مریض کو پلاوے نرس کو لازم ہے کہ مختلف اوزان اور پیمانہ جن کا رواج اور استعمال ہے اُن سے پورے طور پر واقف ہو۔

انگریزی دواؤن کے خاص اوزان منم Minim یعنی قطرہ ڈرام Drachm اونس Ounce پائنٹ Pint اور گیلن Gallon ہین اور ذیل کے نقشہ مین ان کے مساوی خانگی اوزان و پیمانہ بتلا دے گئے ہین۔

ڈاکٹری اصطلاح مین منم قطرہ کو کہتے ہین سیال اشیاء وزن مین ہلکی بھاری ہوتی ہین اسلئے قطرہ کی مقدار کا انحصار شے کی نوعیت پر

ہوتا ہے مثلاً روغن زیتون یا روغن ارنڈی کے قطرہ سے پانی یا شراب کا قطرہ بہت چھوٹا ہوتا ہے۔ ڈاکٹری نسخوں میں عموماً خانگی اوزان لکھے جاتے ہیں۔ لیکن چونکہ چمچے اور گلاس چھوٹے بڑے ہوتے ہیں معلوم نہیں کہ کیا وجہ ہے کہ نسخہ نویسی میں قدامت پرستی کی جاتی ہے نرس کو لازم ہے کہ سیال ادویہ کے ناپنے کے لئے پیمانہ والا گلاس استعمال کیا کرے۔

ذیل میں ڈاکٹری اوزان کے مساوی خانگی اوزان درج کئے جاتے ہیں

ڈاکٹری اوزان	خانگی اوزان
ایک منم	ایک قطرہ
ساٹھ منم	ایک ڈرام
دو ڈرام	ایک ڈیزرٹ اسپون Desert-spoon یعنی ایک سیانی چمچہ
۸ ڈرام	ایک اونس Ounce
۱۶ - اونس	ایک پاونڈ Pound
۲۰ - اونس	ایک پائنٹ Pint
۲ - اونس	ایک شراب کا گلاس
۱ - پائنٹ	ایک ٹمبلر Tumbler
۲ - پائنٹ	ایک کوارٹ Quart
۴ - کوارٹ	ایک گیلن Gallon
۵ - اونس	ایک چاء کی پیالی

۸ - اونس ؍؍ صبح کے کھانے کا پیالا۔

۱۰ - اونس چھوٹا ٹمبلر

چاء کی پیالیاں بھی چھوٹی بڑی ہوتی ہین معمولا انگریزی یا جاپانی چاء کی پیالیان جن مین عموماً چاء پی جاتی ہے۔ مقدار مذکور بالا کے قریب ان مین گنجایش ہوتی ہے شیری Sherry کے گلاس ڈھائی اونس کے پورٹ port کے گلاس کے تین اونس کے۔ اور کلارٹ Claret کے گلاس پانچ اونس کے ہوتے ہین۔

جنگلون مین یا مکان سے دور جہان ٹھیک وزن کرنے کا سامان دستیاب نہ ہوسکے تو وہان کے لئے معمولی اشیاء کی مقدار حسب ذیل طریقون سے معین کی جاسکتی ہے۔

۱ - ایک بڑے چمچہ (ٹیبل اسپون Tablespoon) مین قریباً نصف اونس کے کھانے کا نمک آتا ہے ایک پنچ Pinch یعنی چٹکی باریک پسا ہوا نمک جس قدر ایک چوٹی کے اوپر ٹھہر سکے پانچ گرین Grain ہوتا ہے۔

۲ - شکر کا بڑا ٹکڑا قریباً ایک چہارم اونس ہوتا ہے کاسٹر Castor شکر کا ایک ٹیبل اسپون ایک اونس کے برابر ہوتا ہے۔

۳ - ایک ٹیبل اسپون ٹھل چاول کا وزن قریباً ایک اونس کا ہوتا ہے

داخلی یعنی پینے کی ادویہ حسب ذیل صورتون مین استعمال کی جاتی ہین۔

۱۔ مکسچر Mixtures عرق مرکب ادویہ۔
۲۔ گولی۔
۳۔ سفوف۔
۴۔ ٹکیہ۔
۵۔ کاشے Cachets
۶۔ روغن۔
۷۔ شیاف۔

۱۔ مکسچرس Mixtures ان سے مراد اُس مرکب دوا سے ہوتی ہے جس مین مختلف دوائین رقیق صورت مین ملائی جاتی ہین۔ اسکو ٹھنڈی جگہہ مین خوب کارگ لگا کر اور بچون کے دسترس سے دور رکہنا چاہیئے ڈاکٹر نے جو اوقات اُس کی خوراکون کے مقرر کر دئے ہین انھین مین دیا جائے۔ جس مکسچر کے لئے ڈاکٹر نے ہر چار گھنٹہ کے بعد دیا جانا تجویز کیا ہو اُس کو بلا خیال دن رات کے وقت معینہ پر دینا چاہیئے۔ اگر مریض سوگیا ہے تو محض مکسچر پلانے کے لئے جگانے کی چندان ضرورت نہین ہے۔ اگر ڈاکٹر نے جگا کر بھی پلانے کی اجازت دی ہو تو مضایقہ نہین۔ اگر کوئی ایک خوراک پلانا سہواً بھول گیا ہے یا کوئی خوراک کسی وجہ سے ملتوی کرنی پڑی ہے تو دوسری بار دو خوراک ایک ساتھ نہ پلادی جائین۔ یہ خیال نہ کیا جائے کہ سابقہ کمی کی تلافی ہوجائے گی۔ اندھیرے مین ہرگز دوا نہ پلائی جائے۔ ہر مرتبہ خوراک

کا نشان دیکھکر دوا نکالی جائے ۔ خواہ ایسی دوا کو دن مین کئی بار کیون نہ پلانے کی نوبت آئی ہو۔ تاوقتیکہ ڈاکٹر ہدایت نہ کردے ۔ کھانے کے قبل کوئی دوا مریض کو نہ کھلائی پلائی جائے۔

خواب آور۔ ادویہ ہرگز دیگر ادویہ کے ساتھ نہ رکھی جائین. برانڈی اور دیگر اقسام کی نشی اور محرک اشیا بمنزلہ ادویہ کے تصور کی جائین جیسا کہ باب گذشتہ مین بیان کیا گیا ہے۔

داخلی ادویہ سے علیحدہ خارجی ادویہ مثلاً لیپ اور مرہم وغیرہ رکھے جائین۔ ان کی بوتلین یا شیشیان دوسرے رنگ اور ساخت کی ہون تاکہ چھونے مین امتیاز ہو جاوے کہ کس قسم کی دوائین رکھی ہوئی ہین

۲-گولی | مریض کو گولی کھلانے کا آسان اور سہل طریقہ یہ ہے کہ زبان کی پشت پر گولی رکھ کر ایک گھونٹ پانی سے حلق کے نیچے اوتار دی جائے۔

۳-سفوف | اکثر سفوف اس قسم کے ہوتے ہین کہ اگر عرصہ تک پانی مین پڑے رہین تو بجاے سطح پانی پر تیرنے کے تہ نشین اور پانی مین معلق ہو جاتے ہین۔ اور ایسے سفوف بہت آسانی کے ساتھ مریض نگل جاتا ہے گرے گری کی پاؤڈر Gregory's pouder کی بو بعض مریضون کو نہایت ناگوار معلوم ہوتی ہے اس لئے قبل پلانے کے اس کو پانی مین چند گھنٹون تک بھگا دیا جائے۔ جب پورے طور پر جذب ہو جاوے تو بڑے چمچہ مین رکھ کر پانی کے ساتھ

حلق کے نیچے اُتار لیا جائے۔

۴۔ ٹکیان | یہ مثل گولیون کے نگلی جا سکتی ہین۔

۵۔ کاشے Cachets اس کے دونون جانب کو اچھی طرح تر کر دینا چاہیئے اور بڑے چمچہ مین پانی رکھ کر اُن کو ڈال دینا چاہیئے بعد ازان فوراً حلق مین چمچہ سے اُتار کر نگل جانا چاہیئے بلا تر کئے ہوئے خشک ۔ "کاشے" Cachets زبان پر نہ رکھے جائین ورنہ پانی کے گھونٹ پینے کے ساتھ احتمال ہے کہ منہ مین نہ ٹوٹ جائین۔

۶۔ روغن | ارنڈی کا تیل اکثر بدمزاج مریضون کو مرغوب نہین ہوتا۔ حالانکہ اکثر امراض مین بہت ضروری اور مفید دواؤن مین سے ہے اسلئے "نرسون" کو آسان تدبیر اسکے پلانے کی بتلائی جاتی ہے۔ اس تدبیر سے پلانے مین منہ کا مزا خراب نہین ہوتا چھوٹے "وائن گلاس" Wine Glass مین نصف لیمون نچوڑ لیا جائے گلاس کو اس طرح ہلایا جائے کہ عرق مذکور چارون طرف گلاس کے پھیل جائے بعد ازان گلاس مین تیل ڈال دیا جائے تو بہت آسانی کے ساتھ تیل پی لیا جا سکتا ہے اور زبان کا ذائقہ خراب نہین ہوتا۔ لیمون کا مزہ تیل کی بدمزگی پر غالب آجاتا ہے۔

۷۔ شیاف | چھوٹی چھوٹی گاؤدم مخروطی شکل کی قریباً ایک انچ لانبی اور چوتھائی انچ چوڑی بتیان مختلف ادویہ مین مرکب کر کے بنائی

جاتی ہین اور سبز زمین رکھ کر آہستہ آہستہ اندر کی جانب پہونچا دی جاتی ہین۔ اندر پہونچکر بتیان گل جاتی ہین۔ اور اس کے اجزا جذب ہو جاتے ہین۔

خارجی استعمال کے لئے حسب ذیل طریقون سے ادویہ استعمال کی جاتی ہین۔

۱۔ مرہم۔

۲۔ لینی منٹ Liniment (مالش کی دوا)

۳۔ لوشن Lotion

۴۔ غرغرہ۔

۵۔ آنکھ دہونے کا لوشن۔

۶۔ پلاسٹر Plaster

۱۔ مرہم: بعض اقسام کے مرہم صرف بطور ادویات کے جلدی امراض کے لئے خارجی طور پر استعمال کئے جاتے ہین اور دیگر اقسام کے مثلاً بلیو اینٹ مینٹ Blue ointment (نیلے مرہم) کی مالش کی جاتی ہے تاکہ وہ دوا جو کہ اُن مین ہوتی ہے بالعموم رسکپور۔ جلد کے ذریعہ خون اور رگ وریشہ مین جذب ہو جائے۔

۲۔ لینی منٹ Liniments روغن یا اسپرٹ Spirit سے یہ سیال ادویہ بنائی جاتی ہین۔ بعض اوقات جلد پر اس کو لگا دیا جاتا ہے لیکن عموماً ان کی مالش کی جاتی ہے۔ آخر الذکر صورت مین تھوڑا سا ہتیلی مین لے لیا جائے اور جگہہ ماؤف پر زور سے ملا جائے

مگر اسقدر سختی کے ساتھ نہ ہو کہ جس سے درد یا تکلیف محسوس ہو اعضا کی مالش کرنے مین ہمیشہ مالش نیچے سے اوپر کی جانب کرنی چاہیئے ۔ شانے کی جانب کو یا کولھے کی جانب کو ۔ اور اُس مقام پر مالش نہ کی جائے جہان پر جلد کے نیچے ہی ہڈیان ہون مثلاً تھوڑی ۔ مالش کے بعد اپنے ہاتھون کو اچھی طرح دہو ڈالنا چاہیئے ۔

۳ - لوشن Lotion یہ سیال ادویہ ہین ان کو یا تو لنٹ Lint پر ڈال کر استعمال کیا جاتا ہے اور یا مقام ماؤف پر لگا دیا جاتا ہے ۔ اگر ٹھنڈک ڈالنے والا یا بصورت تبخیر اُڑ جانے والا لوشن استعمال کیا گیا ہے تو وہ کپڑا جسپر یہ ڈالا جائے بہت باریک ہونا چاہیئے اور صرف ایک تہ سے زیادہ دبازت نہ ہو اسکو ہوا لگتی رہے اور جون جون یہ خشک ہوتا جائے اور لوشن اوسپر چھڑکا جاسے یا لینٹ کا ٹکڑا بدل دیا جائے اور وہ پہلا ٹکڑا لوشن مین تر کر کے استعمال کے لئے تیار رکھنا چاہیئے ۔

۴ - غرغرہ - یہ محلل ادویات ہوتی ہین اور سوزش گلہ کے علاج مین استعمال کی جاتی ہین غرغرہ کرانے کی عمدگی مریض کی حالت کے اوپر منحصر ہے بچون کو غرغرہ نہین کرایا جاسکتا ۔

۵ - آئی واش Eye-wash آنکھ دہونے کی دوا ۔ آئی باتھ Eye-bath کے ذریعہ سے لوشن سے آنکھین بہت آسانی کے ساتھ دھوئی جاتی ہین ۔ جو کہ ایک دواساز کے یہان سے دستیاب ہو سکتا ہے

لیکن اسکے بجاے ایک چھوٹا وائن گلاس (شراب پینے کا پیالہ) یا "اگ کپ" Egg-cup (یعنی وہ چینی کا پیالہ جس مین انڈا رکھکر کھایا جاتا ہے) استعمال کیا جاسکتا ہے لبعض لوشن پیالہ مین ڈالا جاتا ہے اور پیالے کے کنارے آنکھ کے چارون طرف ملائے جاتے ہین ادسر پیچھے کو ایسے طریقہ سے ڈال دیا جاتا ہے کہ لوشن آنکھ پر سے بہہ جائے اُس حالت مین جبکہ آنکھ کھلی ہوئی ہو۔ اگر آنکھون کا صرف دھونا ہی مقصود ہے تو تھوڑے سے لوشن کو ایک بالکل صاف پیالہ مین ڈال دیا جاے اور ہاتھون کو بہت اچھی طرح سے دھوکر صاف کپڑے یا لینٹ کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑون سے دھو یا جائے لنٹ یا کپڑون کی کترنین دوسری مرتبہ استعمال نہ کی جائین تا وقتیکہ اونکو گرم پانی مین جوشش نہ دے لیا گیا ہو۔

۶- پلاسٹر Plaster کسی زمانہ مین طبیب علاج کے طور پر پلاسٹر کو بہت استعمال کیا کرتے تھے لیکن اب شاذ و نادر ہی اس کا نسخہ تجویز کیا جاتا ہے لبعض طبقات سوسائٹی مین ابھی تک مختلف اقسام کے پلاسٹرون کا رواج جاری ہے مثلاً پورمینس پلاسٹر Poorman's Plaster یعنی (غریب آدمیونکا پلاسٹر) وارمنگ پلاسٹر Warming Plaster یعنی (گرم کرنے والا پلاسٹر) جو لوگ روزانہ غسل کرتے ہین وہ پلاسٹر نہین لگا سکتے کیونکہ پلاسٹر لگانے کے بعد علیحدہ نہین کئے جاتے یہان تک کہ وہ ازخود ہی نہ گر پڑین عورتون کی چھاتیون مین دودھ کا سیلان روکنے کے لئے بلاڈونا پلاسٹر "Belladonna Plaster" کا

ابھی تک استعمال کیا جاتا ہے۔لیکن اب بہت سے ڈاکٹر گلیسرین بلاڈونا
Glycerine Belladonna کا ضماد بجائے پلاسٹر کے تجویز
کرتے ہین۔اور اس پر ایک پارچہ لنٹ کا لپیٹ دیا جاتا ہے۔

مسہلات

ادویات مسہلات کا خاص طور پر ذکر ضروری ہے مندرجہ ذیل طریقون
پرادویہ مسہلہ مریضون کو دی جاتی ہین۔

(۱) گولیان۔
(۲) سفوف۔
(۳) سالٹس Salts
(۴) مکسچرس Mixtures (مرکبات)

عام طور پر گولیان اور سفوف آہستہ آہستہ اثر کرنے والی ادویات ہین
اوران کو سونے کے وقت دیا جاتا ہے۔سالٹس مثلاً "ایپسم سالٹ"
Epsom Salts "کارلس باڈ" Carlsbad اوردست آور
پانی وغیرہ بہت تیزی کے ساتھ اثر کرتے ہین۔اسلئے عموماً ان کو علی الصباح
پلایا جاتا ہے۔اگران کے پینے کے نصف سے ایک گھنٹہ تک کے
بعدایک گلاس گرم پانی کا یا ایک پیالہ چاء کا پی لیا جائے تو یہ زیادہ
سریع الاثر اپنے خواص مین ہوجاتے ہین۔مسہل عموماً دن مین نہین
دینے چاہین کیونکہ وہ مریض کے کھانے مین رخنہ انداز ہوتے ہین۔

"ادویہ کی تحلیل"

ڈاکٹر کی ہدایت کے موافق دواؤن کی تحلیل کرنی چاہیئے۔ بعض نرسین ضرورت سے زیادہ اس کی پابندی کرتی ہین حالانکہ پانی کی مقدار کی کم وبیشی سے پینے والے دوا کے اثر مین کچھ فرق نہین آتا دواؤن مین جو پانی ملایا جاے وہ نہایت صاف ہوا ور احتیاط کے ساتھ جوش کیا ہوا ہو۔

دوا دینے کے اوقات

دوا کے دینے کا ٹھیک وقت اور غلط وقت بھی ہوتا ہے۔

دن مین تین بار دینے والی دواؤن کے اوقات دس بجے۔ دو بجے اور چھ بجے ہوتے ہین اور چار بار والی بھی دوائین انھین اوقات مین دن رات مین دی جاوین۔ جو دوائین کہ دن مین چار مرتبہ کی ہون وہ دس بجے دو بجے ۶ بجے اور شب مین سونے کے وقت دی جائین چھ چھ گھنٹہ بعد والی دوائین ۱۲ بجے اور چھ بجے دن رات مین دی جائین اور تین تین گھنٹہ بعد والی دوائین تین۔ چھ۔ نو۔ اور بارہ بجے دی جائین۔

جو دوائین قبل کھانے کے دی جاتی ہین اُن کو دن کے ہر سہ کھانون کے پندرہ منٹ قبل دیجائین اور جو دوائین کھانے کے بعد دی جانے والی ہون اُن کو بہت جلد اون ہی کھانون کے بعد دینا چاہیئے بہت سی

دوائین کھانیکے بعد دیجاتی ہین مثلاً کاڈلیور آئل Cod Liver oil (مچھلی کا تیل) آئرن Iron (فولاد) اور مرکبات سنکھیا عموماً کھانے کے بعد دی جاتی ہین کھانے کے قبل جو دوائین دی جاتی ہین وہ عموماً بھوک کو تیز کرنے کی غرض سے ہوتی ہین مثلاً بائی کاربونیٹ آف سوڈا Bicarbonate of soda وغیرہ جن کا ذایقہ تلخ اور کھاپن لیے ہوئے ہوتا ہے۔

کسی مکسچر مین سے خوراک لیتے وقت اوسکی بوتل کو ہمیشہ ہلا لینا چاہئے خواہ وہ کتنا ہی دیکھنے مین مصفا ہو۔ تاہم اُس مین بھاری سیالی اجزا ہوتے ہین مثلاً گلیسرین Glycerine یا شربت جو کہ بوتل کی تہہ مین بیٹھ جاتے ہین یا بہت ہلکے اور اُڑنے والے اجزا ہوتے ہین جیسے کہ اسپرٹ Spirit کہ مرکبات پروسک ایسڈ Prussic acid جو کہ سیال دوائی کے سطح پر اُڑتے رہتے ہین دیگر مکسچرون کو جس مین بسمتھ Bismuth اور دیگر ایسے اجزا ہوتے ہین جو پانی مین حل نہین ہوتے اُن کو زیادہ ہلانے کی ضرورت ہوتی ہے اور انکا لینے کے بعد فوراً ہی اُن کو پی لینا چاہئیے۔ قبل اسکے کہ سفوف کو گلاس کی تہہ مین جم جانے کا موقع ملے۔

باب چہاردہم

مریض کی کیفیت کو بغور دیکھنا

نرس کے عین فرائض میں سے ہے کہ مریض کی کیفیت کو بغور دیکھتی اور مطالعہ کرتی رہے۔ اور جس قدر صحت اور ذہانت کے ساتھ وہ ڈاکٹر یا معالج سے اُس کی کیفیت بیان کرے گی اُسی قدر مریض کے صحت یاب ہونے کی آیندہ صورت ہوگی۔ ڈاکٹر مریض کے پاس بہت ہی تھوڑی دیر رہ سکتا ہے۔ اور اس قلیل عرصہ میں خواہ وہ کتنا ہی ہوشیار اور دقیق رس کیوں نہ ہو۔ لامحالہ اُسکے معالجہ کا دارومدار زیادہ تر نرس کی اطلاعوں پر ہوتا ہے۔

اگر حالات کے بیان کرنے میں غلط بیانی یا غفلت سے کام لیا گیا ہے تو اس سے معالج کو مغالطہ میں پڑنے اور مریض کی ہلاکت کا اندیشہ ہے۔

ذیل میں چودہ باتیں درج کی جاتی ہیں جن کو بغور دیکھنا اور ڈاکٹر سے بے کم و کاست ہر ایک کے متعلق رپورٹ کرنا نرس کو لازم ہے۔

(۱) حرارت اور نبض۔

(۲) لرزہ۔

(۳) نیند۔

(۴) درد۔

(۵) مریض جس طور سے لیٹا رہا۔

(۶) جلد

(۷) زبان۔

(۸) بھوک اور پیاس۔

(۹) استفراغ۔

(۱۰) تنفس۔ کھانسی اور کف کی حالت۔

(۱۱) اجابت۔

(۱۲) قارورہ

(۱۳) ادویہ کی تاثیر۔

(۱۴) دماغی حالت۔

البتہ یہ ضروری نہین ہے کہ تمام مریضون مین مندرجہ بالا امور کا لحاظ رکھا جاے لیکن جبکہ نرسنگ رپورٹ تیار کی جارہی ہو اوسوقت اِن امور کا ملحوظ رکھنا ضروری ہے۔

۱۔ ٹمپریچر اور نبض | یہ اس قدر ضروری ہین کہ اِن کی تشریح ایک آیندہ باب مین کی گئی ہے۔

۲۔ کپکپیان | یہ صرف لرزے کی حالتین ہوتی ہین جو یہ نہایت ضروری علامتین ہوتی ہین کیونکہ بہت سی بڑی بیماریان لرزہ کیساتھ

شروع ہوتی ہین اور اُن کے ساتھ سردی کا احساس ہوتا ہے جب دوران علالت ہین یا اپریشن oparation (عمل جراحی) کے بعد یہ علامات نمودار ہون۔ تو سمجھنا چاہیئے کہ مواد جمع ہو رہا ہے اور پیپ پڑنے والی ہے نرس کو لازم ہے کہ برابر احتیاط کے ساتھ نوٹ کرتی رہے۔ کہ کب ہاتھ پاؤن ٹھنڈے ہوئے کس وقت اور کتنی دیر تک سردی معلوم ہوئی اور کتنی مرتبہ لرزہ آیا۔ اور کتنی دیر تک سلسلہ جاری رہا۔ لرزہ کم و بیش عرصہ تک ہوتا ہے بعض کو پیٹھ کے صرف درمیانی حصہ مین سردی معلوم ہوتی ہے اور بعض کا دورہ اس قدر تیز ہوتا ہے کہ سردی کی وجہ سے اُن کے دانت بجنے لگتے ہین اور پلنگ ہلنے لگتا ہے اگر مرض سنگین ہے اور لرزہ معلوم ہو تو فوراً ڈاکٹر سے اطلاع کرنی چاہیئے۔ جب سردی محسوس ہونے لگے تو نرس کو لازم ہے کہ فوراً ٹمپریچر لے کیونکہ یہ عموماً بخار کی علامت ہوتی ہے نہ کہ سردی کی۔ بلکہ نظام عصبی کے افعال مین خلل واقع ہوجانے کی وجہ سے ہاتھ پاؤن کانپنے لگتے ہین۔ ملیریا بخار مین عموماً لرزہ آتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ اسکو ہندوستان مین لرزہ کہتے ہین

۳۔ نیند۔ خواب کی میعاد و حالت کو بحفاظت غور کے ساتھ دیکھنا چاہیئے۔ اندراج حالات سے یہ ظاہر ہونا چاہیئے کہ (۱) آیا مریض حسب معمول آرام کے ساتھ سویا۔ (۲) آیا بے خوابی کے ساتھ تو رات نہین کاٹی (۳) آیا صبح ہوتے ہوتے گہری نیند آئی یا نہین (۴) سونے کے دوران مین چونک تو نہین پڑا (۵) بستر کو نوچتا تو نہین یا

خواب مین بڑبڑایا تو نہین یا ہذیان تو نہین بکتا (۶) بہت گہری نیند مین سویا اور خراٹے لئے ان سب باتون کو نہایت احتیاط کے ساتھ نوٹ کرنا چاہیئے اور اس سے یہ اخذ کرنا چاہیئے کہ نیند کس قدر آئی -

۴ - درد | اگر کسی مقام پر درد معلوم ہو یا سوزش یا جلن محسوس ہونے کی شکایت مریض کرے تو نرس کو لازم ہے کہ ہمیشہ ڈاکٹر کو تبلا دیا کرے کہ کس وقت درد ہوا - کس جگہہ محسوس ہوا اور کب تک جاری رہا اور مریض نے کن الفاظ مین اوسکو بیان کیا - یہ سچ ہے کہ بعض اوقات مریض لوگ بہت زیادہ وہمی ہو جاتے ہین لیکن با این ہمہ جس کسی بات کی مریض شکایت کرے اُس کو ڈاکٹر کے گوش گزار کر دینا لازمی ہے کیونکہ ڈاکٹر ہی اسکو اچھی طرح جان سکتا ہے کہ آیا وہ درحقیقت تکلیف ہے یا کوئی وہم ہے - نرس کا یہ کام نہین ہے کہ وہ اس امر کے فیصلہ کرنے کا ذمہ اپنے اوپر لے کہ آیا تکلیف اصلیت رکھتی ہے یا کوئی وہم ہے - نرس اوسوقت اپنی ذمہ داری سے بری ہو جاتی ہے جبکہ وہ کما حقہ مریض کی تکالیف ڈاکٹر کے سامنے بیان کر دے -

۵ - کروٹ | مریض جس کروٹ از خود سخت بیماریون مین پڑا رہتا ہے اُس کا بھی نوٹ کرنا بہت مفید ہے اکثر اقسام کے بخار کہ جن مین مریض عرصہ تک چت پڑا رہتا ہے - اگر یک لخت دوسری کروٹ ہو جائے تو سمجھنا چاہیئے کہ اس کی حالت رو بصحت ہے اور مرض مین افاقہ ہو رہا ہے - اگر مریض چت پڑا رہتا ہے اور گھٹنون کو موڑے

رہتا ہے اور چادر وغیرہ شکم سے چھو جانے سے بھی خوف کھاتا ہے تو یہ
عام طور پر پیروٹونیٹس Peritonitis یعنی ورم پردہ ٹونیم
Peritonium کی یا پتلی جلد یا جھلی جو آنتوں کے اوپر ہے اوسکی
علامت ہے۔

۲۔ جلد | نرس کو لازم ہے کہ جلد کی کیفیت کو نوٹ کرتی رہے
کہ خشکی یا جلن تو نہیں ہے یا اوس میں نمی تو نہیں ہے۔ پسینہ زیادہ
تو نہیں آتا اور پسینہ کی زیادتی کس وقت ہوتی ہے علاوہ اسکے
یہ بھی دیکھنا چاہیئے کہ جلد پر چکتے یا دوڑ سے یا غیر معمولی سرخی تو نہیں ہے
جسم کے دہونے یا کپڑے وغیرہ بدلنے کے وقت اگر مریض
کے جسم میں غیر معمولی سرخی، جلن، چکتے سوجن۔ یا کوئی دوسری غیر معمولی
بات دیکھے تو اوس کی اطلاع فوراً ڈاکٹر سے کردے۔
دوران علالت میں مریض کے چہرہ کی رنگت کو بھی دیکھتی رہے۔ اور
معمول کے خلاف خفیف تغیر بھی معلوم ہو تو فوراً ڈاکٹر کو اطلاع کردینی
چاہیئے
آنکھ۔ ناک۔ کان۔ اور دیگر مخارج سے جو فضلات خارج ہوتے
ہیں۔ اُن کو بھی ڈاکٹر سے بتا دینا چاہیئے۔ ایسے فضلات کے رنگ
و مقدار اور ترکیبی کیفیت کو۔ کہ گاڑھا ہے یا پتلا بغور دیکھتے رہنا چاہیئے
اگر مریضہ عورت ہے اور دوران علالت میں ایام کا اتفاق ہو تو نرس
کو اس کے متعلق بھی نوٹ کرنا ہوگا اور ڈاکٹر کو بتانا ہوگا کہ وہ مقدار معمول

مین کم یا زیادہ ہوئی اور رنگت معمولی تھی یا کہ غیر معمولی۔

۷۔ زبان | زبان کی ظاہری کیفیت ہر مرض مین یکسان نہین ہوتی

(۱) چمکدار اور سرخ مرض اسپرو Sprue مین ہوجاتی ہے (۲) تمام اقسام کے بخار مین سفیدی کی تہہ جمی ہوئی ہوتی ہے۔ (۳) متورم ہوجاتی ہے (۴) سختی سے نکلتی ہے جیسے کہ سکتہ مین (۵) ایک جانب کو نکل آتی ہے مثلاً فالج مین (۶) لڑکھڑانے لگتی ہے مثلاً حالت نشہ مین (۷) یبوست کی وجہ سے خشک باران کی وجہ سے ہر وقت نم رہتی ہے۔ قبل غذا کے نرس کو لازم ہے کہ زبان کی کیفیت کو دیکھ لیا کرے اور جو ظاہری حالت دکھائی دے اُس کو اپنی رپورٹ مین درج کر لیا کرے۔

۸۔ بھوک اور پیاس | غذا کم پہونچنے سے بھوک اور زبان کے لعابی غدد مین ایک خاص کیفیت طاری ہونے پر پیاس لگتی ہے۔

اشتہا۔ قریب قریب سب امراض بیماریون مین کم ہوجاتی ہے لیکن پیاس عموماً بڑھ جاتی ہے۔

نرس کو لازم ہے کہ ہوشیاری کے ساتھ ان باتون کو نوٹ کرتی رہے (۱) مریض نے کس مقدار مین غذا اور پانی تیمارداری کے دوران۔ ۔ حالت مین استعمال کیا (۲) مقدار ہر قسم کی اغذیہ و مشروبات کی بقیہ رقت (۳) آیا غذا و مشروبات کے بعد مریض مین کوئی خاص حالت تو ظاہر نہین ہوئی مثلاً کسی مقام پر درد کا محسوس ہونا یا استفراغ

یا دست ہونا۔ (۴) آیا کھانے اور پینے کی چیز کو مریض نے رغبت سے استعمال کیا (۵) مریض کی طبیعت نے کسی خاص چیز کو کھانے یا پینے پر تو رغبت نہین کی۔

۹۔ متلی | جس مریض کو قی ہوتی ہو اُس کے متعلق نرس کو ان باتوں کو نوٹ کرنا چاہیئے (۱) قی کب ہوئی (۲) استفراغ مین جو چیز خارج ہوئی اس کا رنگ کیا تھا اور کیسی تھی۔ (۳) استفراغ ہونے مین کسی مقام پر درد تو نہین ہوا (۴) قے کرنے مین اُبکائیان زیادہ آئین یا زور زیادہ پڑا۔ اگر ممکن ہو تو ڈاکٹر کے ملاحظہ کے لئے تھوڑی سی قے رکھنا چاہیئے

۱۰۔ تنفس۔ کھانسی اور کف | اکثر نرس کو مریض کا تنفس شمار کرنا ہوتا ہے اسلئے نرس کو یاد رکھنا چاہیئے کہ جوان تندرست آدمی ایک منٹ مین سترہ مرتبہ سانس لیتا ہے اگر مریض کو معلوم ہو جاسے کہ کوئی شخص اُسکے سانس شمار کر رہا ہے تو جلد جلد بلا ارادہ سانس لینے لگتا ہے۔ اس لئے بلا اطلاع شمار کرنا چاہیئے۔ بچے کی سانس بہ نسبت جوانوں کی سانس کے تیزی کے ساتھ چلتی ہے۔ اور پیٹ پر ہاتھ رکھنے سے بخوبی سانس کی رفتار شمار کی جا سکتی ہے۔

کھانسی۔ کھانسی دو صورتون مین پیدا ہوتی ہے۔

(۱) برانکل ٹیوبس Bronchial tubes مین بلغم جمع ہو جاتا ہے جسکے اخراج کی ضرورت ہوتی ہے۔ (۲)

(۲) یا حلق اور سانس کی نالیون مین سرسراہٹ سی ہوتی ہے

کھانسی کے متعلق نرس کو ذیل کے امور نوٹ کرنا چاہیں (۱) کتنی دیر میں آتی ہے (۲) آیا کروٹ کے بدلنے سے پیدا ہوتی ہے (۳) علامات وآثار (الف) ابتدائی برنکائیٹس Bronchitis مین خشک ہوتی ہے (ب) بعد کے درجہ مین تر ہوتی ہے (ج) سل کے ابتدائی درجہ مین ٹھسکا ہوتا ہے (د) سل کے مابعد مدارج مین کھانسی گھُٹ کر اور تکلیف دہ ہوتی ہے (ہ) نمونیا مین کھانسی تھوڑی اور تیزی کے ساتھ آتی ہے (و-ز) کروپ Group مین اور کالی کھانسی مین کھانسنے مین کوے کی سی آواز نکلتی ہے۔

۴- آیا کھانسی کے ساتھ بلغم خارج ہوتا ہے یا نہین۔

کف ایک مادہ ہے جو کھانسی مین نکلتا ہے اسکی رنگتین حسب ذیل ہوتی ہین۔ (ا) میوکس Mucous (چپلی دار کف) یعنی معمولی تھوک برنکائیٹس Bronchitis مین نکلتا ہے (ب) بلغم جس مین پیپ یا کوئی دوسری لیس دار شے ہوتی ہے یہ برنکائیٹس کے پچھلے اور پرانے درجہ مین نکلتا ہے (ج) خون دار جیسے مرض سل اور نمونیا مین ہوتا ہے۔

نرس کو لازم ہے کہ مقدار اور طریقہ اخراج بلغم اور اوسکی صورت اور رنگ کو نوٹ کرتی رہے اور یہ دیکھے کہ پانی مین ڈوبتا ہے یا نہین۔

اگر بلغم کا رنگ بھورا ہے تو یہ علامت ورم پھیپھڑے کی ہوتی ہے۔ ذات الجنب (پسلی کا درد) مین بلغم چپا گدار ہوتا ہے اور برنکائیٹس مین اس قدر لس دار ہوتا ہے کہ اوگالدان مین مثل گوند کے لپٹ جاتا ہے

دیرینہ مرض مین برنکائیٹس دکھانسی مین بلغم گاڑھا ہوتا ہے اور رنگت زرد ہوتی ہے ۔ تپ دق ۔ ورم پھیپھڑہ اور بعض اوقات دل کے امراض مین بلغم کے ساتھ خون کی پھٹکیاں ہوتی ہین ۔ اگر بلغم مین بہت زیادہ تعفن ہے تو یہ ایک خطرناک علامت ہے ۔

مریض کے تھوک و بلغم وغیرہ کو کسی ایسے ظرف مین رکھنا چاہیئے کہ جس مین دافع عفونت ادویہ پڑی ہون یا ایسے ایک تھوکدان مین جو کسی حربہ کی بوتل یا ایسے ہی برتن کا فوراً ہی بنالیا جائے ۔

ایسے برتن کو جس مین بلغم جمع کیا جاتا ہے مریض کے پلنگ کے قریب بلا صاف کئے دیر تک نہ رہنے دینا چاہیئے اور اس قسم کے دو ظروف ہونے چاہیئن تاکہ وہ متواتر بدل دئے جائین اور اچھی طرح سے صاف کئے جاتے رہین جو ظرف شب مین رکھا جائے وہ علی الصباح اوٹھا کر اور کسی چیز سے ڈھانک کر علیحدہ ڈاکٹر کے معائنہ کے لئے رکھدیا جائے

۱۱۔ اجابت | نرس کو کموڈ Commode اور پاخانہ کی چوکی کو بعد فراغت دیکھنی چاہیئے تاکہ اوسکو معلوم رہے کہ اجابت باقاعدہ اوقات پر ہوئی یا قبض کے ساتھ یا دست آئے ہین ۔ اگر مریض کو دست آتے ہین تو نرس کو لازم ہے کہ یاد رکھے کہ ڈاکٹر کے جانے کے بعد اوسکو کتنے دست آئے اور درد تو نہین ہوا ۔ اجابت کے رنگ اور ماہیت سے بھی ڈاکٹر کو مطلع کرنا ہوگا اور خاص طور پر دیکھنا چاہیئے کہ اجابت کے ساتھ خون تو نہین آیا ڈاکٹر کے معائنہ کے لئے اجابت کسی ظرف مین رکھکر علیحدہ

رکھدی جاے اور اوپر سے ایک کپڑا دافع عفونت ادویہ مین تر کر کے ڈھک دیا جاے اور یا تھ روم Bath-room مین رکھدیا جائے

۱۲- پیشاب | ہر مرض مین نرس کو پیشاب کے متعلق ڈاکٹر سے رپورٹ کرنا چاہیئے (۱) پیشاب کا رنگ (۲) کچھ دیر تک رکھنے سے پیشاب مین کوئی چیز تہ نشین تو نہین ہوئی (۳) کوئی خاص بدبو تو نہین ہے (۴) کتنی مرتبہ پیشاب آیا (۵) پیشاب کرتے وقت کسی مقام مین درد تو نہین محسوس ہوا -

جب ڈاکٹری معائنہ کے لئے قارورہ بھیجا جائے تو نہایت صاف شفاف شیشی مین رکھا جائے اور اوپر سے ایک لیبل لگا دیا جائے سنگین بیماریون مین نرس کی یہ خاص ڈیوٹی ہے کہ دیکھتی رہے کہ مریض کو پیشاب ٹھیک طور پر آیا یا نہین - بعض امراض مین پیشاب بالکل بند ہو جاتا ہے - اور یہ علامت نہایت خطرناک ہوتی ہے اسلئے فوراً ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیئے - فالج یا بے ہوشی کی حالت مین مریضون کو پیشاب کی حاجت نہین ہوتی حالانکہ مسانہ پیشاب سے بھر کر پھول جاتا ہے وضع حمل اور بعض بڑے بڑے اپریشن (عمل جراحی) کے باعث مسانہ کے فعل مین خلل واقع ہونے کی وجہ سے پیشاب رک رک کر آتا ہے - اسلئے لازم ہے کہ جب پیشاب کے آنے مین خلاف معمول چند گھنٹون سے زائد وقفہ ہو جاے تو فوراً ڈاکٹر کو بتا دیا جائے علاج مین توقف ہونا خطرہ سے خالی نہین ہوتا - ایسی حالت مین

پیشاب سلائی کے ذریعہ سے خارج کرایا جاتا ہے۔

جب مریض کو پسینہ بکثرت آتا ہے تو اغلباً پیشاب مین کمی ہوجاتی ہے۔ اور کچھ عرصہ تک پیشاب کا رنگ شوخ ہوجاتا ہے۔

۱۳۔ ادویہ کا اثر | ادویہ پسینہ لانے یا دست لانے۔ یا دستون کو روکنے اور دیگر مقاصد سے دی جاتی ہین۔ نرس کو لازم ہے کہ ڈاکٹر سے دریافت کرے کہ جو دوا تجویز کی گئی ہے اُن کے متعلق کوئی خاص اثر میرے نوٹ کرنے کے قابل تو نہین ہے اور ڈاکٹر کو بتائے کہ آیا وہ اثر جیسے کہ وہ چاہتا تھا پیدا ہوئے یا نہین۔

بعض ادویہ محض خفیف مقدار مین بھی مہلک اثرات اُن مریضون مین پیدا کردیتی ہین جن مریضون مین زہر کے اثرات کا قدرتی رجوع ہوتا ہے مثلاً

اسٹرکنائن Strychnine (کچلہ کا ست) اس سے نیند غائب ہوجاتی ہے۔ اعصاب مین تناؤ و سختی پیدا ہوجاتی ہے۔

آرسنک یعنی سنکھیا Arsenic۔ معدہ مین درد آنکھون مین سوزش پیدا کرتی ہے۔

کونین Quinine سے دردسر بہرا پن۔ اور کانون مین سنسناہٹ کی آواز سنائی دیتی ہے۔

مرکری Mercury یعنی رسکپور۔ اس سے تھوک زیادہ خارج ہوتا ہے تنفس مین تکلیف اور منہ مین چھالے پڑجاتے ہین۔

بلاڈونا Belladonna اس سے حلق مین خشکی جسم پر سرخ دھبے اور آنکھ کی پتلیاں چڑھ جاتی ہین۔

افیون سے غشی ہوتی ہے اور آنکھون کی پتلیان چھوٹی ہو جاتی ہین۔

۱۴ مریض کی دماغی کیفیت۔ ہمیشہ نرس کو لازم ہے کہ مریض کے مزاج مین جو کوئی غیر معمولی بات مثلاً چڑچڑاتا۔ ہذیان بکنا۔ بڑانا وغیرہ دیکھے تو ڈاکٹر کو بتلا دے۔

مریض کے چہرہ، سر یا اعضا کا غیر معمولی طور سے حرکت کرنا اور حقیقتاً ہر ایک چھوٹ سے چھوٹی بات جو مریض کو خلاف عادت پیش آئے وہ بھی ڈاکٹر کے لئے بڑی بھاری اہمیت رکھتی ہے۔

باب پانزدہم

حرارت اور نبض

مریض کا ٹمپریچر یعنی حرارت. شیشہ کے تھرمامیٹر سے جسکو کلینیکل تھرمامیٹر Clinical thermometer کہتے ہین معلوم کی جاتی ہے اس مین ۹۵ سے ۱۱۰ درجہ فہرن ہائٹ Fahren-heit تک حرارت دریافت ہوسکتی ہے. ڈگریان پیمانہ پر لمبی لکیرون سے معلوم ہوتی ہین اور ہرایک ڈگری کو چھوٹی چھوٹی لکیرون سے پانچ حصون مین تقسیم اس طرح پر کیا گیا ہے کہ ایک چھوٹی لکیر سے دوسری تک ڈگری کا پانچوان حصہ ہوتا ہے. جب گرمی پہونچتی ہے تو نلی کے اندر کا پارہ اوپر کی جانب چڑھتا ہے. مگر برخلاف ایک معمولی تھرمامیٹر کے اس کا پارہ ٹھنڈے ہوجانے پر نیچے نہین اُترتا ہے تاوقتیکہ وہ اچھی طرح ہلایا یا جھٹکا نہ جائے.

کسی مریض کا ٹمپریچر لینے سے قبل اس بات کا لحاظ رکھا جائے کہ نالی مین پارہ کے اوپر کا حصہ جسکو اصطلاح مین انڈیکس Index کہتے ہین ۹۷ درجے سے نیچے قایم کر دیا گیا ہے.

تھرمامیٹر عام طور پر بغل یا منہ یا کنج ران مین لگایا کرتے ہین.

عام طور پر ٹمپریچر دن میں دوبارہ صبح و شام مریض کے منہ ہاتھ دھونے سے پہلے لیا جاتا ہے۔ منہ میں حرارت بہ نسبت بغل یا کنج ران کے ہمیشہ کسی قدر زائد ہوتی ہے۔ اور یہ ضروری ہے کہ جس مقام کا اور جس وقت ہر ایک بار ٹمپریچر لیا گیا ہے اُسی مقام اور وقت پر دوسری بار بھی لیا جائے۔ بغل میں لگانا ہو تو وہاں کا پسینہ خشک کر کے تھرمامیٹر کے پارہ والے سرے کو بغل کے درمیان رکھ کر مریض سے کہیں کہ بازو کو سینہ سے لگائے۔ بغل یا کنج ران میں معمولی تھرمامیٹر کو پانچ منٹ تک رکھنا چاہیئے۔ نصف منٹ یا ایک منٹ والے تھرمامیٹر کو کچھ زائد عرصہ تک ان مقامات میں لگائے رکھنا چاہیئے۔ اگر منہ میں تھرمامیٹر لگانا ہے تو مریض کے منہ میں کوئی ٹھنڈی یا گرم چیز پندرہ منٹ پہلے سے نہ ہونی چاہیئے۔

تھرمامیٹر کا پارہ والا سرا زبان کے نیچے رکھ کر مریض سے کہیں کہ آہستہ سے اپنے لبوں کو بند کرے لیکن دانتوں سے نہ دبائے۔ دوسرے مریض کو لگانے سے قبل تھرمامیٹر کو کاربولک لوشن carbolic lotion سے ہمیشہ دھو لینا چاہیئے۔

صحت کی حالت میں ٹمپریچر ۹۸٫۴ درجہ فہرن ہائٹ Fahren-heit ہوتا ہے۔ مرض کی حالت میں ٹمپریچر نارمل Normal سے بڑھا ہوا یا گرا ہوا ہوتا ہے لیکن بالعموم بڑھا ہوا ہی زیادہ تر پایا جاتا ہے جن مریضوں کا ٹمپریچر نارمل سے زیادہ ہو تو اونکی

نمبر ۷۔ عملی تھرمامیٹر

حالت کو پائی رکسیا Pyrexia کہتے ہین جو کہ زبان یونانی مین بخار سے مراد ہے ۱۰۱ درجہ تک تو معمولی بخار ۱۰۴ یا ۱۰۵ درجہ تک شدید بخار اور اگر ۱۰۵ سے زائد ۱۰۶ ہو جاے تو وہ نہایت ہی تیز بخار سمجھا جاتا ہے۔

نرس کو سمجھ کر رہنا چاہئیے کہ بخار یکسان حالت مین ہر وقت نہین رہتا بلکہ اس کے مدارج ہوتے ہین بعض اوقات تو یہ ہر وقت رہتا ہے اور کبھی اوتر کر چڑھتا ہے اور کبھی اوترتا چڑھتا رہتا ہے۔ مسلسل بخار سے مراد وہ بخار ہے جو شدت کے ساتھ ہر وقت رہتا ہو ریمی ٹینٹ فیور Remittent fever یعنی نوبتی بخار اس سے مراد وہ بخار ہے کہ جو صبح و شام مین گھٹتا بڑھتا رہتا ہے لیکن مریض کا ٹمپریچر نارمل Normal کسی وقت مین نہین ہوتا انٹرمٹینٹ فیور Intermittent fever یعنی بخار اس سے مراد اس بخار سے ہے جو شبانہ روز مین صرف کچھ دیر کے لئے اُتر جاتا ہے۔

جیساکہ باب ماسبق مین بیان کیا گیا ہے۔ بخار کی ابتدا عموماً ہاتھ پاؤن کے سرد ہو جانے یا لرزہ معلوم ہونے سے ہوتی ہے۔ بخار آجانے پر جسم کی حرارت تیز۔ اور بدن مین درد۔ ہاتھ پاؤن سرد ہو جاتے ہین۔ لرزہ آنے کے قبل انسان کو معلوم ہوتا ہے کہ بیٹھے پر ٹھنڈا پانی پڑ رہا ہے۔ ہاتھ پاؤن اور تمام جسم کپنے لگتا ہے۔ دانت بجنے لگتے ہین انگلیون کے سرے اور ہونٹ نیلے اور چہرہ زرد ہو جاتا ہے

اور طبیعت اندر سے بےچین اور نڈھال ہو جاتی ہے۔
ڈاکٹر کی عدم موجودگی میں نرس کو لازم ہے کہ لرزہ شروع ہونے پر گرم پانی کی بوتل یا نون کے تلوئن سے لگا دے۔ یا گرم کمل اوڑھا دے اور پانی مانگنے پر گرم مشروبات کا استعمال کرائے۔

"نبض"

نبض کا معلوم کرنا عرصہ دراز کی مہارت اور تجربہ کے بعد حاصل ہوتا ہے یہ مریض کی حالت معلوم کرنے کی رہبری کا بہترین ذریعہ ہے اس کے ذریعہ سے پتہ چل جاتا ہے۔ کہ مریض کی قوت گھٹ رہی ہے یا بڑھ رہی ہے۔

نبض دیکھنا (۱) داہنے یا بائیں اعضاء کے باہر کی جانب کو مریض کے لیٹے ہونے کی صورت میں بیٹھ کر یا کھڑے ہو کر نبض دیکھنا چاہیئے
(۲) داہنے ہاتھ کی تین انگلیاں (یعنی پہلی درمیانی اور تیسری جس میں انگوٹھی پہنی جاتی ہے) ریڈیل ارٹری Radial Artery پر ہاتھ کے اگلے حصہ کے انگوٹھے کی جانب سے آدھے انچ کے قریب اور تینوں انگلیوں میں سے بیچ کی انگلی کلائی سے ایک انچ آگے رکھی جاتی ہے اور ساتھ ہی انگوٹھے کو ہاتھ کے اگلے حصہ کے نیچے رکھا جائے تاکہ نبض دیکھتے وقت ہاتھ کا سہارا ہو۔
عموماً داہنے ہاتھ سے بائیں ہاتھ کی نبض اور بائیں ہاتھ سے داہنے

ہاتھ کی نبض دیکھی جاتی ہے (۳) خالی ہاتھ مین ایک گھڑی جو سکنڈ بھی بتاتی ہو رکھنا چاہیئے اور ایک منٹ تک نبض کی حرکت کو شمار کرتے رہنا چاہیئے - اور اسکے ساتھ ہی یہ بھی دیکھنا چاہیئے کہ نبض باقاعدہ چلتی ہے یا بے قاعدہ -

نبض کی رفتار حالت صحت مین ستر سے اسّی تک فی منٹ ہوتی ہے سوئے ہوئے مریض کی نبض کنپٹی کی رگ پر ٹھیک کان کے سامنے انگلی رکھکر دیکھی جاتی ہے -

ٹمپریچر کا ایک حالت پر رہنا یا گھٹنا اور نبض کا روز بروز تیز چلنا کمزوری قلب کی علامت ہوتی ہے -

نبض مختلف بخارون مین اپنی رفتار اور طاقت کے لحاظ سے مختلف ہوتی ہے - مثلاً محرقہ لطبی یعنی انٹرک فیور Enteric fever مین نبض کی رفتار حالت صحت سے بھی بہت سُست ہو جاتی ہے - عموماً صحت کی حالت مین جوان شخص کی نبض ستّر سے ۱۲۰ مرتبہ اور بچون کی نبض ۸۰ مرتبہ تک حرکت کرتی ہے - اگر جوان شخص کی نبض ایک منٹ مین ۱۲۰ مرتبہ سے زائد حرکت کرے تو علامت خطرناک ہوتی ہے اگرچہ نبض کا تیز چلنا کچھ حد تک شدت بخار کی علامت ہوتی ہے - لیکن اُس سے یہ اخذ نہ کرنا چاہیئے کہ نبض کی رفتار دھیمی ہونے پر بخار بھی خفیف ہوگا -

اگر بتدریج نبض کی تیزی مین کمی محسوس ہو تو یہ علامت افاقہ

مرض کی ہے۔ بعض اوقات مثل ٹمپریچر کے نبض کی رفتار صحت کے ابتدائی زمانہ مین نارمل Normal سے نیچے گرجاتی ہے۔ قطعی طور پرست ہوجانے کے بعد اگر یکایک نبض مین تیزی آجائے تو یہ علامت مرض مین پیچیدگی پیدا ہونے کی ہے حرکت کرنے سے بھی نبض تیز ہوجاتی ہے۔ بیٹھے ہوئے مریض کو یکایک کھڑا کردینے یا بٹھادینے مین خاص طور پر یہ صورت پیدا ہوجاتی ہے۔ نبض دیکھنے کے قبل یہ ضروری ہے کہ مریض پندرہ منٹ پہلے سے لیٹا رہے۔ بعض بخارون کے شروع زمانے مین نبض پوری تیزی کے ساتھ چلتی ہے اور بعض مین شروع ہی سے نبض سست پڑجاتی ہے۔ نبض کا سست ہونا کمزوری قلب کی دلیل ہے۔ اور یہ علامت وہ ہوتی ہے کہ جس مین نبض ذرا سے دباؤ ڈالنے سے گم ہوجاتی ہے تمام اقسام کے بخارون کے آخری درجہ مین نبض عموماً سست چلتی ہے "انٹرک فیور" Enteric fever کے دوسرے ہفتہ مین نبض کی حرکت مین دوہری حرکت پائی جاتی ہے اور اکثر اوقات اُس کی رفتار مین بے قاعدگی آجاتی ہے دونون ہی صورتین یعنی ایک بڑی تیز نبض ۱۲۰ حرکت فی منٹ اور بہت ہی سست نبض یعنی ۵۰ حرکت فی منٹ کمزور مریضونمین سخت بخارون کی حالت کے بعد واقع ہوتی ہین۔

بیان کیا جاتا ہے کہ نپولین کی نبض بہت سست چلتی تھی اور یہ طویل زندگی کی علامت ہے۔

باب شانزدہم

مریض کا غسل

پانی کا ٹمپریچر | صفائی جسم کے خیال سے معمولی غسل جو ہوتے ہین اُن کے علاوہ دیگر اغراض کے لیے بھی مختلف اقسام کے غسل ڈاکٹر تجویز کرتے ہین۔ چنانچہ ہر قسم کے غسل کے لئے پانی کا ٹمپریچر حسب ذیل ہوا کرتا ہے

گرم غسل	١٠٠	درجہ سے	١٠٦	تک	فہرن ہائٹ۔
نیمگرم	٩٥	"	١٠٠	"	"
شیر گرم	٨٥	"	٩٥	"	"
معتدل	٧٥	"	٨٥	"	"
نیم سرد	٦٥	"	٧٥	"	"
سرد	٣٤	"	٦٥	"	"

مریض کو قبل کسی قسم کے غسل دینے کے ڈاکٹر سے پانی کا ٹمپریچر اور یہ کہ کتنی دیر تک مریض کو ٹب مین بٹھایا جائے گا ضروری ہدایات حاصل کر لینی چاہئین۔

سرد غسل | ٦٥ درجہ فہرن ہائٹ ٹمپریچر والے پانی سے دیا جاتا ہے اور یہ تیز بخارون کی حالت مین دیا جاتا ہے۔ اکثر امراض مین فوراً

مریض کو ٹھنڈے پانی کے ٹب مین نہین بٹھایا جاتا ہے بلکہ شروع مین پانی کا ٹمپریچر ۸۵ درجہ رکھا جاتا ہے اور بعد مین برف کا پانی ملا کر پانی کو بتدریج سرد کیا جاتا ہے۔

گرم غسل | اس قسم کے گرم غسل کی ضرورت - درد قولنج - ہیضہ سرسام کی تیزی کو کم کرنے کے لئے پیشاب اُتارنے اور گردے کی بیماریون کے آخری درجہ مین پسینہ لانے کی غرض سے دیا جاتا ہے مریض کے پلنگ سے ملا کر پانی کا ٹب رکھدیا جاتا ہے اور مریض کو اُٹھا کر ٹب مین بٹھا دیا جاتا ہے۔

ڈوشش Douche | (ترٹڑے دینا) گرم یا سرد پانی کسی خاص حصہ جسم پر ترارہ کر کے بلندی سے پہونچایا جاتا ہے مثلاً ٹخنہ کھسک گیا ہے یا گھٹنے کی رگین تن گئی ہین تو نرس ۔ اسٹول کے اوپر کھڑے ہو کر لوٹے یا جگ مین پانی لے کر موقع درد پر ترارہ کرتی ہے ترارہ کرنے یا ربڑ کی پچکاری کے ذریعہ سے بھی بخوبی ہو سکتا ہے - جیسا کہ حماموں مین دیا جاتا ہے۔

پانی کا چھینٹا | قدرے گرم یا سرد پانی جیسی ضرورت ہو - ڈول مین لے کر ہاتھ سے مریض کے چہرہ یا کسی دوسرے عضو پر پھینکتے ہین جسکو ڈاکٹری اصطلاح مین "ایفیوژن" Affusion "یعنی "چھینٹا" کہتے ہین۔ اکثر "سن اسٹروک" Sunstroke (سورج کی گرمی سے بیہوشش ہو جانا) اور ایسی ہی قسم کی دوسری بیماریون مین اسکی

ضرورت ہوتی ہے۔

گرم بھاپ کا غسل | تنفس کے امراض میں بعض اوقات بھاپ لیتے ہین آسان ترکیب یہ ہے کہ مریض کو کمل اوڑھا کر کرسی پر اس طرح بٹھا دیا جاتا ہے کہ اس کا منہ کھلا رہتا ہے اور چارون طرف کمل گردن سے فرش تک لٹکا ہوتا ہے اور کمل کے اندر اسپرٹ لمپ یا کسی دوسرے برقی آلہ سے بھاپ پیدا کی جاتی ہے اگر اسپرٹ لمپ استعمال کیا گیا ہے تو احتیاط کرنی ہوگی کہ کمل کا کوئی حصہ لمپ کے قریب نہ ہو تاکہ کوئی چیز جلنے نہ پائے مریض کو اُس وقت تک بھاپ پہونچاتے رہتے ہین جب تک کہ اچھی طرح پسینہ نہ آجائے بعد ازان نبض۔ تنفس حرارت اور چہرہ کی ظاہری حالت سے انداز کر کے بھاپ کا سلسلہ جاری یا بند کرنا ہوتا ہے مریض کے ہٹانے کے بعد فوراً کسی ملایم تولئے سے اُس کا جسم اچھی طرح خشک کر لینا اور کمل اوڑھا کر پلنگ پر لٹا دینا چاہیئے۔ بھاپ دینے مین مریض کو گرم مشروبات پسینہ زیادہ لانے اور تشنگی دفع کرنے کے لئے پلانا مفید ہوتا ہے اگر چہرہ پر زردی یا علامات غشی ظاہر ہون تو فوراً بھاپ دینے کو بند کر دینا چاہیئے۔

بھپارہ | بھاپ لینے اور بھپارہ لینے کا طریقہ قریب قریب یکسان ہے فرق صرف اس قدر رہتا ہے کہ بھپارہ مین اسپرٹ لمپ بجائے کوئی ظرف رکھ دیا جاتا ہے کہ جس مین ایک یا دو پائنٹ پانی آتا ہو پانی کھولا کر بھاپ پیدا کی جاتی ہے۔ بعض اوقات مریض کو ایک خاص

قسم کے صندوق مین بٹھا دیتے ہین اور صندوق مین ایک ٹونٹی لگی ہوتی ہے جس کے ذریعہ سے بھاپ پہونچاتے ہین صرف سر صندوق کے باہر ہوتا ہے اور باقی جسم اندر ہوتا ہے - یا ستھگیلا رکھ کر مریض کو کرسی پر بیٹھا کر سارے جسم کو چارون طرف سے کمل اڑھا دیتے ہین جلیسے کہ گرم بھاپ کے غسل مین کیا جاتا ہے -

بھاپ اور بھپارہ کے غسل درد ریح - گٹھیا - عرق النسا اور دیگر امراض مین جن مین کہ اعضا کا حصہ یا جوڑ مبتلا ہوجاتا ہے جاے ماوٗف پر لگاے جاتے ہین یا دیے جاتے ہین جو کر - بھوسی - گل خیرو - بالو ریت یا باریک نمک کو فلالین کی دو چھوٹی چھوٹی تھیلیون مین بھر کر مقام ماوف یا متورم پر رکھنا ہوتا ہے یا برقی الہ سے غسل دیا جاتا ہے ان مین سے کوئی باتھ Bath یعنی غسل بلا اجازت و ہدایت ڈاکٹر کے نہ دینا چاہیئے اور باتھ کی قسم مدت اور نوعیت ڈاکٹر سے دریافت کر لینا ضروری ہے

ہاتھ اور پاؤن کا غسل | اس قسم کے غسل زہریلے زخمون کے لئے استعمال کئے جاتے ہین اور ان کے لئے مخصوص قسم کے ظروف استعمال کئے جاتے ہین - غسل کا برتن پانی سے نصف بھر دیا جاتا ہے اور اس مین مجوزہ لوشن ڈالدیا جاتا ہے اسو درجہ ٹمپریچر سو درجہ فہرن ہایٹ Fahren-heit پر ہونی چاہیئے -

اسپنج - گرم سینک اور ٹھنڈی چیز مثلاً برف وغیرہ کا لگانا | اکثر مسلسل بخار کے علاج مین ڈاکٹر اکثر تجویز کرتے ہین -

اسپنج کرنا بخار مین ابخرات کے ذریعہ سے حرارت کو دور کرنے کے لیے
ڈاکٹر اسپنج کرنا تجویز کرتے ہین - اسپنج کو پانی مین تر کر لیا جاتا ہے اور جسم کو پونچھا جاتا
ہے عموماً ٹھنڈا یا گرم پانی استعمال کیا جاتا ہے - ترکیب یہ ہے کہ مریض کے
نیچے ایک کمبل بچھا دیا جائے اور قمیص اتار لی جائے اور دونون جانب
تولیے لپیٹ کر رکھدیے جائین تاکہ پانی اُن پر گرے پلنگ پر صرف
ایک کمل بچھا دیا جاوے بقیہ چادرین اُٹھالی جائین پھر اسپنج کرنے کے
بعد کسی ملایم تولیہ سے آہستہ آہستہ مریض کے جسم کو خشک کر لینا چاہیئے
اور پانی کا ٹمپریچر جو ڈاکٹر نے تجویز کیا ہو اُس کے مطابق رکھنا چاہیئے اور حسب
ضرورت گرم یا سرد پانی بہ لحاظ موسم و وقت ملاتے رہنا چاہیئے -

گرم سینک کرنا مریض کے نیچے ایک بڑا موم جامہ اور اس پر ایک کمل
بچھا دیا جاتا ہے اور مریض کو کمل اوڑھا کر قمیص اُتار لی جاتی ہے - ایک
بڑی چادر لی جاوے اور اُس کی چار تہ کر لی جائین اور اُس کو قابل برداشت
گرم پانی مین بھگو کر نچوڑ لیا جاوے اور نچوڑنے کے لیے ایک چادر یا
غسل کا تولیہ استعمال کیا جاوے مریض کو چت بستر پر لٹا کر اس کے
اوپر اس نچوڑی ہوئی چادر کو ڈال دین اور چارون طرف سے اس چادر مین
مریض کو لپیٹ دین - صرف منھ کھلا رکھین بعد ازان جو کمل نیچے بچھا ہوا
ہے اس کو دونون جانب سے موڑ کر مریض کو اوڑھا دین اور اوپر سے کئی
ایک کمل اور موم جامہ اُڑھا دین - گرم مشروبات مریض کو پلائے جائین
تو بہت پسینہ آتا ہے ۲۰ - ۲۵ منٹ تک اس طرح مریض کو لپیٹا ہوا رکھا جائے

بعد ازان نچوڑی ہوئی چادر مکمل اور موم جامہ کو اُتارلین اور مریض کو گرم مکمل اُڑھا کر ایک گھنٹہ تک لٹائے رکھین۔

مریض کو ٹھنڈی چادر مین لپیٹنا | اس کا طریقہ بھی وہی ہے جو گرم چادر کے لیے اوپر بیان کیا گیا ہے بستر وغیرہ اسیطرح پر بچھایا جاتا ہے فرق یہ ہے کہ اس کی چادر ٹھنڈے پانی مین بھگو کر نچوڑی جاتی ہے اگر پاؤن بہت ٹھنڈے ہوجائین تو گرم پانی کی بوتل تلوؤن سے لگا دی جاوے جس چادر مین مریض لپیٹا جائے اس پر برف ملتے رہنا چاہیئے تاکہ سردی قایم رہے اور جسم کی حرارت سے گرم نہ ہوجائے یا برف کا ٹھنڈا پانی خفیف مقدار مین چھڑک کر چادر کا ٹمپریچر ٹھنڈی حالت مین رکھا جائے ۔ نرس کو لازم ہے کہ ہر پانچ پانچ منٹ کے بعد مریض کا ٹمپریچر لیتی رہے اور مریض کی نبض پر نگاہ رکھے ۔ گرم اور سرد سینک کا استعمال ٹمپریچر کی حالت پر بہ لحاظ اپنے اثر کے دارومدار رکھتا ہے۔

ایلکلائن باتھ Alkaline baths | یہ گرم غسل مین کاربونیٹ سوڈا Carbonate Soda یا پوٹاشس Potash چھ اونس ملا دینے سے تیار ہوتا ہے اور درد ریح اور گھٹیا مین دیا جاتا ہے۔

باب ہفتدہم

مریض بچون کی تیمارداری

کامیابی کے ساتھ جوان شخص کی تیمارداری کرنے مین جسقدر مشاہدہ اور ہمدردی کی ضرورت ہے اس سے ہزارہا گونہ زائد بچون کی تیمارداری مین ضرورت ہوتی ہے اسلئے کہا گیا ہے کہ بیمار بچے کی تیمارداری کرنا ایسا ہی ہے جیسا کہ کوئی شخص اجنبی ملک مین جاکر تحقیقات کرتا ہے کہ جہان کی زبان سے وہ واقف نہ ہو۔

بچون مین مثل جوانون کے امراض کی سختی برداشت کرنے کی قابلیت نہین ہوتی اس لئے نرسون کو لازم ہے کہ اُن کی تیمارداری مین اور بھی زیادہ مستعدی اور ہوشیاری کے ساتھ ہر وقت کی کیفیت کو دیکھتی بھالتی رہین تاکہ زیادہ وقت تشخیص اور تجویز مین ڈاکٹر کو نہ صرف کرنا پڑے امور ذیل ڈاکٹر کی اطلاع کے لئے ضرور نوٹ کئے جائین (۱) بچے کا رونا (۲) بچون کو کس کروٹ آرام ملتا ہے (۳) بچہ اپنے ہاتھ پاؤن کس طرف کو زیادہ ہلاتا ہے (۴) ٹمپریچر (۵) نبض (۶) تنفس (۷) بے چینی (۸) بچے کی سستی۔

بچون کی زندگی مین چند مراحل ایسے ہوتے ہین کہ جنکا جاننا ہر ایسے

شخص کو جن کے متعلق اُن کی پرورش و پرداخت ہو ضروری ہے اور اُن کو کبھی نہین بھولنا چاہیے وہ یہ ہین (۱) بحالت صحت بچون کا اصلی وزن (۲) نشو و نما کے مدارج (۳) بچون کی اجابت کی خاصیتین۔

۱۔ بچون کا اصلی وزن | اس ذیل مین ایک نقشہ درج کیا جاتا ہے جس سے واضح ہوگا کہ نوزائیدہ بچہ جس کا وزن سات پونڈ ولادت کے وقت ہوتا ہے اس کا ہفتہ وار اور ماہانہ وزن کس اوسط سے بڑھتا رہتا ہے۔

زمانہ	ترقی ہفتہ وار	ماہانہ ترقی	اصلی وزن
اول ماہ کے اختتام پر	پہلے ہفتہ مین ۵ اونس [illegible]	۱ ۔ مادہ پونڈ	۸ ۔ مادہ پونڈ
۲ ″ ″ ″	۴ سے ۷ ″	۱ ۳/۴ ″	۹ ۳/۴ ″
۳ ″ ″ ″	″ ″ ۵ ″	۱ ۱/۴ ″	۱۱ ″
۴ ″ ″ ″	. . ۶ ″	۱ ۱/۲ ″	۱۲ ۱/۲ ″
۵ ″ ″ ″	. . ۶ ″	۱ ۱/۲ ″	۱۴ ″
۶ ″ ″ ″	. . ۴ ″	۱ ″	۱۵ ″
۷ ″ ″ ″	. . ۳ سے ۴ ″		۱۶ .
۸ ″ ″ ″	. . ۳ سے ۴ ″	اوسطاً ایک پونڈ بعض مین کم	۱۷ ″
۹ ″ ″ ″	″	اور بعض مین زیادہ	۱۸ ″
۱۰ ″ ″ ″	″		۱۹ ″
۱۱ ″ ″ ″	″ ۵ ″	۱ ۱/۴ مادہ	۲۰ ۱/۴ ″
۱۲ ″ ″ ″	″ ۳ ″	۳/۴ ″	۲۱ ″ ″

پہلے سال سے دس سال تک سالانہ ساڑھے تین پونڈ کے حساب سے
وزن بچہ بڑھتا رہتا ہے اور دس سے سولہ سال تک ایک مضبوط توانا بچہ سات پونڈ
سالانہ وزن سے بڑھتا ہے۔

۲۔ نشوونما کا قدرتی زمانہ | چوتھے ماہ مین بچہ مین کچھ سمجھ اپنے پس وپیش اشیاء
کی آجاتی ہے اور اگر سر کو کوئی شخص پکڑے رہے تو اپنے بل پر صحیح وتندرست
بچہ بیٹھ لیتا ہے۔

دسوین ماہ مین بچہ کھسکتا اور بارھوین ماہ سے سولھوین مہینے تک مین
اپنی ٹانگون پر قابو حاصل کر لیتا ہے اور چلنے لگتا ہے۔

۳۔ بچہ کی اجابت کی خاصیتین | شیر خوار بچہ کی اجابت کا رنگ ولادت کے پہلے
اور دوسرے دن تک سبزی مائل ہوتا ہے بتدریج رنگ مین تغیر ہوتا ہے
اور کچھ دنون کے بعد پھٹے ہوئے انڈے کی ماہیت کا ہو جاتا ہے اور بو مین
ترشی ہوتی ہے دن کو تین چار بار اجابت ہوتی رہتی ہے آٹھ سے بارہ ماہ
تک اس کا رنگ سیاہی مائل ہوتا ہے اور بمقابلہ پہلے کے زیادہ بستہ ہونے
لگتا ہے اور عموماً دن مین دو بار اجابت ہوتی ہے بیماری کی حالت مین
اجابت کی کیفیت مین فرق آجاتا ہے (۱) رنگ سبز (۲) پانی کی طرح
پتلی (۳) سخت بدبود (۴) غیر ہضم شدہ (۵) غیر ہضم شدہ دودھ کے ٹکڑے
یا خون کی پھٹکیان۔

مریض بچے کے نہلانے دھلانے مین بہت زیادہ احتیاط کی ضرورت
ہوتی ہے۔ تاکہ ہوا نہ لگ جاے اول دونون ہاتھون پر ایک کمل کا ٹکڑا

سمجھایا جائے اس پر بچہ کو لٹا کر اس کے کپڑے اتارے جائیں اور معمولی ٹرکش ٹاول Turkish towel یعنی نرم تولیہ میں لپیٹ دیا جائے اور اچھی طرح سے اوسکو خشک کیا جائے۔ رگڑ کر نمی نہ دور کی جائے بلکہ آہستہ آہستہ تمام جسم پر بار بار تھپ تھپا کر خشک کر لیا جائے۔ یہ عادت بہت خراب ہے کہ ادہرادہر سے بچہ کو پونچھ لیا اور سمجھ لیا کہ جسم خشک ہو گیا اور بقیہ نمی کو چھپانے کے لئے اوپر سے پاوڈر Powder چھڑک دیا یہ طریقہ نہایت زبون ہے اور تربیت کنندہ کی کاہلی پر دلالت کرتا ہے جسم پر دانے یا دووڑے ایسی ہی نا عاقبت اندیش نرس کی کاہلی کی وجہ سے نکل آتے ہیں۔

جب بچہ کو سردی معلوم ہو تو گرم پانی کی بوتل سے گرمی پہونچائی جائے دوسرا کمل اوڑھا دینے سے اس کے ننھے جسم کو کچھ گرمی نہیں پہونچتی۔

مریض بچہ کی غذا میں اوقات کی پابندی بدرجہ غایت ضروری ہے صرف دن ہی میں نہیں بلکہ شب میں بھی اس کا خیال رکھا جائے۔ شیر خوار بچہ کے نزدیک دن و رات کوئی چیز نہیں ہوتی۔ چوبیس گھنٹہ سونے اور دودہ پینے سے کام ہوتا ہے۔ غذا دینے کا وقت آجائے تو فوراً جگا کر غذا کرا دینی چاہئے۔ اکثر مائیں سوتے ہوئے بچون کو جگانا پسند نہیں کرتین لیکن جگا کر کھلا پلا دیا جائے تو فوراً سو جاتا ہے اور اچھی نیند سوتا ہے۔ اس قاعدہ کی عدم پیروی سے اکثر بچون کو رونے کی عادت ہو جاتی ہے کشتی کی شکل کی شیشی جس میں ایک چسنی ربڑ کی لگی ہوتی ہے۔ دودہ پلانے کے لئے بہت موزون ہوتی ہے۔ ایک سکنڈ میں ایک قطرہ کے حساب سے

دودھ بچے کے پیٹ مین جاتا ہے۔ روزمرہ بلاناغہ شیشی او رچسنی کو گرم
پانی مین ڈال کر خوب جوش دے لینا چاہیئے اور ہروقت دونون چیزین
پانی مین ڈوبی رکھی جائین اور استعمال کے بعد پانی بدل دیا جائے۔
جو چیز دی جاوے وہ چھان کر اور خون کی حرارت کے درجہ کے مطابق
گرم کرکے دی جائے۔ دودھ پلانے کے وقت شیشی کو ہاتھ سے پکڑے
رہنا چاہیئے اور تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد منہ سے جدا کر لینا چاہیئے تاکہ بچہ
کچھ دم لے لے۔
چھوٹا رومال۔ (جو قمیص وغیرہ کی حفاظت کے لئے گلے مین باندھ دیا
جاتا ہے) اس کو ہر مرتبہ دودھ پلانے کے وقت بدل دینا چاہیئے۔
تندرستی کی حالت مین جو برتاؤ بچون کے ساتھ کیا جاتا ہے۔ اُس کا برتو
اُن کی حالت مین اُن کے مزاج وحرکات وسکنات پر پڑتا ہے جو مائین یہ
چاہتی ہین کہ بچون کی علالت کی وجہ سے اُن کو زیادہ تکلیف نہ پہونچے
تو یہ بات یاد رکھنی چاہیئے کہ اگر انھون نے اپنے بچون کی عادتین بگاڑ دی
ہین یا اگر وہ خفیف شکایات پر خانہ ساز دوا اون کو جلد جلد استعمال کرتی
رہی ہین یا اگر انہون نے اپنے بچون کے دلون مین ڈاکٹر اور دوا کا بے بنیاد
خوف بٹھا دیا ہے تو ان ماؤن کی اولاد کا بیمار ہونا گویا اس جانب اللہ
اِن کی سزا ہوتی ہے۔
بچون کی خفیف علامت مرض سے ہی غفلت نہ کرنی چاہیئے ان
کے جسم بہت کمزور ہوتے ہین۔ اس لئے ہر مرض کا قابو ان پر بہت جلد

چل جاتا ہے۔ اور بمقابلہ جوانون کے بچون کے اعضا کو ایک دوسرے سے بہت زیادہ تعلق ہوتا ہے اس لئے ایک عضو سے دوسرے عضو مین بہت جلد مرض سرایت کر جاتا ہے خفیف سے خفیف علالت یہی مہلک امراض کا مقدمہ ہوتی ہے جس طرح خفیف زخم یا چوٹ کا علاج نہ کیا جا تو ہمیشہ کے لئے عضو کے بدنما ہو جانے کا سبب ہو جاتا ہے۔ نرس کو شیرخوار بچے کے آنسو بہتے ہوئے دیکھکر اور بلا آنسو کے رونے سے تشویش ہونی چاہیے حالانکہ آنسوؤنکا بہنا اون کے احساس قلبی کی وجہ سے ہوتا ہے اور بے آنسو رونا کسی جسمانی تکلیف سے ہوتا ہے۔ اگر بچہ ہاتھ کو منہ کے پاس لے جائے یا منہ اس طور سے چلائے۔ جیسے کوئی چیز اندر کو لئے جاتا ہو یا نگلتا ہو تو سمجھنا چاہیئے کہ بھوک سے روتا ہے۔

اگر کوئی بچہ اپنا سر تکیہ پر ادہر اودہر پھیرے اور علی الخصوص دیر تک ایک ہی طرف نظر جمائے رہے اور سر پر اپنے ہاتھ کو پھرائے تو اگر یہ علامات قبضیت کی وجہ سے نہ ہون تو بالکل غفلت نہین کرنی چاہیئے بلکہ ڈاکٹر کا مشورہ فوراً لینا چاہیئے۔ بچہ کے منہ چلانے کی حرکت کو شایعاً لحاظ سے فرشتہ کی کانا پھوسی کا اثر خیال کرتے ہین۔ حالانکہ یہ حرکت تشنج کی حالت مین عموماً پائی جاتی ہے۔ کروٹ بدل دینے سے یہ حالت جاتی رہتی ہے اور گرم ہاتھ مل دینا یا گرم فلالین کا ٹکڑا رکھ دینا بھی مفید ہوتا ہے

بچون کی نبض شناسی مین بڑی دقت ہوتی ہے اگر ایک انگلی پکڑا دیجائے اور دوسری انگلی کلائی پر رکھی جائے تو عموماً رفتار کا شمار کر لیا جا سکتا ہے

بچون کی نبض کنپٹی کے سامنے یا ٹخنے کے اندرونی حصہ سے بھی محسوس ہوسکتی ہے۔
تنفس کی رفتار کا شمار پیٹ پر ہاتھ رکھ کر کرنا چاہیئے بچون کو جوانون کے ساتھ ہرگز نہ سُلایا جائے نہ صرف اس مین بچون کے دب جانے کا احتمال ہوتا ہے بلکہ بچون کو بہ نسبت جوانون کے زیادہ صاف اور تازہ ہوا کی ضرورت ہوتی ہے۔ اور جوان کی سانس ہوا مین کثافت پیدا کرتی ہے جو بچے کے لیے مضر ہوتی ہے۔ اور جوان کی جلد سے بھی مضرت پہونچنے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ بچہ کو اپنے گھٹنوں سے بر کمل یا لحاف اگر اوڑھا دیا جائے تو پورے طور پر گرم رہتا ہے۔ انھین وجوہات سے بچون کا سر کپڑے کے نیچے دے کر نہین سلانا چاہیئے۔

باب ہشتم

ڈاکٹر کی آمد

ڈاکٹر کی آمد کے پہلے مریض کے کمرے مین ہر ایک چیز تیار اور موجود رہنی چاہیئے اس کی ضرورت نہین کہ اس کی آمد کے خیال سے جلدی جلدی مریض کو دھو دھا کر اور کپڑے بدلوا کر نکھا ڈالا جاے گرم اور سرد پانی - صابون - ناخون صاف کرنیکا برش اور ایک صاف تولیہ قریب موجود رہنا چاہیئے - عمل جراحی کی حالت مین پٹیان - دو سیفٹی پن Safety-pin ایک سفید تولیہ مین لپیٹی ہوئی موجود رہنی چاہئین نرس کی تحریری یادداشت اور ٹمپریچر کا چارٹ Chart نمایان جگہہ مین ڈاکٹر کے ملاحظہ کے لئے تیار ملے - اگر مریض بخار مین مبتلا ہے تو فوراً ٹمپریچر کا چارٹ تیار کر دیا جاے نرس کو اس کی تیاری کے لئے ہدایت کا انتظار نکرنا چاہیئے - نرس کو یاد رکھنا چاہیئے کہ جو چارٹ اس سے تیار کئے ہین وہ مریض کے لیے نہین ہین بلکہ ڈاکٹر کے لئے ہین اور مریض کو ان کا معائنہ بھی نہین کرانا چاہیئے - جب ڈاکٹر مریض کے کمرے مین ہو یا اوسکو دیکھ رہا ہو یا نسخہ لکھ رہا ہو تو اس دوران مین نرس کو کوئی

سوال نہ کرنا چاہیئے۔ جب ڈاکٹر مریض کے پاس بیٹھا ہو تو نرس کو لازم نہین ہے کہ شروع سے آخر تک مثل سایہ کے اس کے ساتھ ہے کیونکہ مریض ڈاکٹر کے ساتھ تنہائی مین رہنا زیادہ پسند کرتے ہین۔ جب ڈاکٹر مریض کے کمرے سے فارغ ہوکر نکلے تو نرس کو لازم ہے کہ باہر آکر ڈاکٹر سے برآمدے یا دوسرے کمرہ مین ملے تاکہ وہ اوس دن کے متعلق جو ہدایات یا احکامات ہون اونکو حاصل کرے۔ اگر کوئی ہدایت نرس کی سمجھ مین نہ آئے تو فوراً کہہ دینا چاہیئے اور جو دشواریان ہدایت پر عمل کرنے مین پیش نظر ہون ڈاکٹر کو بتادے۔ سخت چوٹ آجانے پر حسب ذیل سامان ڈاکٹر کی آمد کے پہلے مہیا ہوجانا چاہیئے۔

۱۔ گرم سرد پانی زائد مقدار مین۔

۲۔ دھلی ہوئی صاف تولیہ اور صابون۔

۳۔ ناخون صاف کرنے کا برش۔

۴۔ مقراض ناخون کاٹنے کی۔

۵ سلاپ بکٹ slop-bucket (خراب پانی جمع کرنے کی بالٹی)

خاص اقسام کے ناگہانی صدمات کے لیے اشیاء ذیل موجود ہونی چاہئین

الف جل جانے پر

(۱) پھاہون کا ٹکڑا۔

(۲) جذب کرنے والی روئی۔

(۳) روغن زیتون۔

(۴) پٹیاں

(۵) بورک پوڈر Boric-powder

ب سیلان خون

برف اور اسپنج

ج - پانی میں ڈبونا

(۱) متعدد کمبل آگ سے گرم کئے ہوئے۔

(۲) گرم پانی کی بوتلیں۔

(۳) چادریں۔

د ہر قسم کے زخم

(۱) بورک لینٹ Boric Lint

(۲) بورک لوشن Boric lotion

(۳) پرکلورائڈ مرکری کی ٹکیاں Perchloride of mercury

(۴) گٹاپرچا Guttapercha یا موم لگی ہوئی ریشم کی ڈوریاں

(۵) متعدد چھوٹی بڑی پٹیاں۔

(۶) مقراض۔

(۷) سیفٹی پنس Safety-pins -

باب نوزدہم

خارجی دوائیں

خاص خارجی علاج یہ ہیں۔

(۱) گرمی مختلف طریقوں سے پہونچانا۔

(۲) سردی مختلف طریقوں سے پہونچانا۔

(۳) مہیج ادویہ۔

(۴) جلد پر مالش یا لگانے کے ادویہ۔

(۵) حلق اور منہ کی دوائیں۔

(۶) آنکھ کی ادویہ۔

(۷) حقنہ۔

۱۔ حرارت پولٹس۔ بجاپ | حرارت (جو خارجی طور پر پہونچائی جاتی ہے) اوس پٹھون کی سختی کو جس کی وجہ سے متورم جگہہ پر درد پیدا ہوتا ہے یہ باعث اپنی خاصیت سختی کے دور کرنے کے درد کو کم کرنے کی طاقت رکھتی ہے۔ حرارت کا خارجی استعمال دو طرح سے کیا جاتا ہے اول تر سینک کرنے سے دوسرے خشک سینک کرنے

ترسینگ پولش اور سینک کے ذریعہ سے ترسینگ کی جاتی ہے
پولش کئی قسم کی ہوتی ہے لیکن عموماً السی اور رائی کی پولش استعمال
کی جاتی ہے!

السی کی پولش کٹی ہوئی السی کی پولش بمقابلہ آٹے کی پولش کے
اچھی ہوتی ہے۔ اس کے بنانے کے لئے حسب ذیل سامان کی ضرورت
ہوتی ہے (۱) ایک دیگچی اور ایک لوٹا کھولتا ہوا پانی (۲) ایک پیالہ
(۳) ایک بڑی چپٹی چھری اور پھیلانے کے لئے سن کے کپڑے یا سوتی کپڑے
کے ٹکڑے۔ اگر سن کے کپڑے کا ٹکڑا استعمال کیا جائے تو اس کو ضرورت
کے موافق برابر کاٹ لینا چاہیئے۔

چھری اور پیالے کو گرم کرنے کے بعد دیگچی سے کھولتا ہوا پانی پیالہ میں
ڈالا جائے۔ بعدازاں اوپر سے اس میں کٹی ہوئی السی ایک ہاتھ سے
چھڑکی جائے اور چھری سے جلد جلد ہلاتے جائیں یہاں تک کہ وہ گاڑھی
ہو جائے اور دہنیت کی وجہ سے پیالے کے کناروں سے نہ لپٹے
بعدازاں حسب ضرورت پارچہ کے ٹکڑے پر یکساں چھری سے پھیلائی
جائے چھری کو بار بار گرم پانی سے تر کرتے رہنا چاہیئے تاکہ پولش نہ لپٹے
اور چھری صاف رہے قریباً ایک چوتھائی انچہ موٹی پھیلائی جائے اور
سن کے یا سوتی کپڑے کے کنارے جس پر وہ پھیلائی گئی ہو چاروں طرف
سے موڑ دئے جائیں احتیاط رکھنی چاہیئے کہ بہت زیادہ گرم پولش نہ باندھی
جائے آسان ترکیب اس کی گرمی معلوم کرنے کی یہ ہے کہ مقام ماؤف پر

رکھنے سے پہلے ہتیلی کے پشت پر رکھ کر اس کی گرمی کا اندازہ کر لینا چاہیئے
جب ٹھیک موقع سے رکھ دی جائے تو اوپر سے روئی کی ایک گدی رکھ کر
پٹی سے باندھ دی جائے تاکہ اپنی جگہ پر قایم رہے۔

رائی کی پولٹس | السی اور رائی کو ملا کر یہ پولٹس بنائی جاتی ہے رائی
کا آٹا علیحدہ برتن مین ذرا سے گرم پانی مین ڈالکر حل کر لیا جائے بعد
ازان بطریق بالا السی کی پولٹس بنائی جاتی ہے اور دونون خوب
ملا دی جاتی ہین یہ لازمی نہین ہے کہ رائی کا اور السی کا وزن برابر ہی ہو
لیکن عموماً ایک حصہ رائی اور دو حصہ السی ملاتے ہین۔

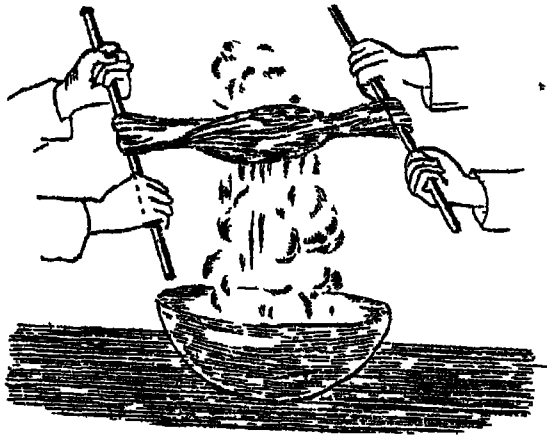
گرم سینک | اس کے لئے ملایم فلالین جو کسی قدر دبیز بھی ہو نہایت
موزون ہوتی ہے۔ لنٹ اور جذب کرنے والی روئی بھی بعض اوقات
استعمال کی جاتی ہے اور علاوہ اس کے "اسپنجیو پائلین"
Spongio-piline بھی جو نمدے کی قسم سے ہے اور انگریزی
دوا فروشون کے یہان سے ملتی ہے آخر الذکر اگرچہ عمدہ چیز ہوتی ہے
لیکن گران قیمت ہے عمل جراحی مین "بوراسک اول" Boracic-wool
ہمیشہ ہر قسم کی سینک کے لئے استعمال ہوتا ہے اگر درد کے دفع کرنے
کے لئے سینک کرنا ہے تو نصف نصف گھنٹے کے بعد بدلتے رہنا چاہیئے۔

ترکیب یہ ہے کہ جس چیز سے سینک دینی ہو اس کو ایک تولیہ پر
رکھین اور اس تولیہ کو کسی طشت پر رکھ دین۔ تولیہ کے کنارے طشت
سے باہر رہنے چاہیئین۔ فلالین پر گرم پانی ڈالا جائے اور تولیہ کے

دونون کناروں کو بل دے کر فلالین کا پانی نچوڑ دیا جاوے۔ بعدازان ٹکڑہ فلالین مذکور اس مین سے نکال کر مقام ماؤف کی قابل برداشت سینک کی جائے۔ بعدازان اُس مقام پر روئی وغیرہ رکھکر پٹی سے باندھ دیا جائے۔

روغن تارپین کی سینک | ایک یا دو ڈرام ٹرپن ٹائین Turpentine یعنی تارپین کا تیل فلالین پر احتیاط کے ساتھ قبل از گرم پانی مین نچوڑنے کے چھڑک دیا جاتا ہے۔

لاڈنم Laudanum | اس سے بھی سینک کی جاتی ہے فلالین سے گرم پانی نچوڑنے کے بعد اس پر آدھا چمچہ "لاڈنم ٹنکچر" laudanum tincture چھڑک دیا جاتا ہے اور پھر اس سے مقام ماؤف سینکا جاتا ہے۔

خشک گرمی | گرم پانی کی بوتلوں سے گرمی پہونچائی جاتی ہے۔ ایسی بوتلین ٹین یا مٹی یا ربڑ کی بنائی جاتی ہین۔ پاؤن کے تلووں مین لگانے کے لئے ٹین۔ یا مٹی کی مناسب ہوتی ہین دیگر اعضا پر ربڑ کی بوتلین زیادہ کارآمد ہوتی ہین اور آسانی بھی ہوتی ہے۔ تمام اقسام کی بوتلین جو گرمی پہونچانے کے لئے کام مین لائی جائین اُن پر دبیز فلالین کا غلاف چڑھا دیا جائے۔ اور قبل لگانے کے بہ غور دیکھ لینا چاہیئے کہ کھین سے بوتل ٹپکتی تو نہین ہے اور غلاف مین کھین سوراخ تو نہین ہے اقسام ذیل کے مریضون کو گرم بوتل لگانے مین بہت زیادہ احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے وجہ یہ ہے کہ اگر بوتل بہت گرم

نمبر۸ - سینک کے کپڑے کا نچوڑنا ۔

ہوئی تو اندیشہ اُن کے جل جانے کا ہوتا ہے (۱) جو مریض کسی وجہ سے بیہوش ہو (۲) جو مریض شدید درد مین مبتلا ہو (۳) استسقا کے مریض (۴) بہت چھوٹے بچے (۵) مفلوج اور بڈھے۔

۲۔ ٹھنڈی سینک | ٹھنڈی سینک کا اثر بھی مثل گرم سینک کے ہوتا ہے یعنی درد اور ورم کو دور کرتا ہے اور اس کا بھی استعمال دونون طرح یعنی خشک و تر کیا جاتا ہے۔

خشک ٹھنڈک برف کی تھیلیان لگا کر انسان کے جسم مین پہونچائی جاتی ہے اور تھیلیان حسب ضرورت چھوٹی بڑی بہ لحاظ موقع ماؤف کے بنائی جاتی ہین عموماً یہ تھیلیان پیالے نما ہوتی ہین اور برف کو کچل کر تھیلی مین نصف دور تک بھر دیا جاتا ہے۔ اور قدرسے معمولی نمک خنکی کی خاصیت کو بڑھانے کے لئے اون مین ملا دیا جاتا ہے۔ اور برادہ یا کٹی ہوئی السی پانی جذب کرنے کے لئے اور برف کو عرصہ تک قایم رہنے کے لیے ملادی جاتی ہے۔ اگر برف کی تھیلی دستیاب نہ ہو تو برف کو کسی موم جامہ یا دبیز کپڑے مین باندہ کر کام چلایا جا سکتا ہے۔

تر ٹھنڈک | ذیل کی صورتون مین کسی ایک طرح پہونچائی جاتی ہے۔

الف۔ برف کی پولٹس | گٹا پرچا بچھا کر نصف انچہ موٹی ایک تہ السی یا پولٹس بچھا دی جاتی ہے اور اس کے اوپر برف کچل کر ایک تہ جما دی جاتی ہے بعد ازان ایک دوسری تہ اسی طرح پولٹس کی بچھا کر گٹا پرچا ولٹ دیا جاتا ہے اور چارون طرف سے کلوروفارم Chlcroform

یا ٹرپن ٹاین Turpentine لگادی جاتی ہے۔

ب۔ انجرات کا نوشن عضو ماؤف پر لوشن مین تر کر کے ایک تہ لنٹ رکھ دیا جاتا ہے۔ ایک تہ سے زائد لنٹ نہ رکھنا چاہیئے تاکہ انجرات باآسانی نکلتے رہین۔

۲۔ مہیج ادویہ۔ اس تحت مین بہ کثرت وہ دوائین شامل ہین جو مقامی درد یا ورم کو دور کرنے کے لیے استعمال کی جاتی ہین مہیجات خارجیہ ادویہ درد کو سکون یا ورم کو تحلیل کرنے کے لئے استعمال کی جاتی ہین بعض جلد مین سرخی اور بعض ورم پیدا کرتی ہین۔

ان ادویات کے اثرات مختصر طور پر بیان کئے جاتے ہین۔ سب سے پہلے ان کا اثر شرائین کے سرون پر ہوتا ہے اور وہان سے شرائین کے ذریعہ سے دماغ پر ہوتا ہے اور اس کا اثر اوس مقام پر جہان دوا لگائی جاتی ہے ہوتا ہے اور جسم کی دوسری رگون پر بھی ہوتا ہے جن کا تعلق دماغ سے ہے۔

جب ہم کوئی ہیجان پیدا کرنے والی دوا جلد پر لگاتے ہین تو اس کا اثر ہمارے دماغ پر ہوتا ہے دیکھا جاتا ہے کہ جب کوئی مریض بالکل غافل ہوجاتا ہے اور اسکی غفلت دور کرنے کے لئے مختلف اعضاء پر تمام جسم مین فلائنگ بلسٹرس Flying Blisters لگائے جاتے ہین تو اس کا اثر دماغ پر ہوکر اس کی غفلت دور ہوجاتی ہے اور وہ ہوش مین آجاتا ہے۔ یہ بلسٹرس واپلے جلد جلد متواتر تھوڑے

تھوڑے وقفہ سے لگائے جاتے ہین۔

یہ بھی دیکھا گیا ہے کہ ہیجان پیدا کرنیوالی ادویہ لگائی ایک عضو پر جاتی ہین اور اثر دوسرے عضو پر ہوتا ہے مثلاً مہیج دوا ایک جگہ لگائی جاتی ہے اور دوسری جگہ درد کو تسکین دیتی ہے اور خوش قسمتی سے ایسی ادویہ کے لگانے کا طریقہ بہت آسان اور سہل رکھا گیا ہے ہر ایک رگ، کو جس طرح اعصاب سے تعلق ہے اسیطرح اسکی جلد سے بھی تعلق ہے جو اس رگ کو ڈھکے ہوتی ہے اور یہی وجہ ہے کہ مہیج ادویہ جلد پر لگائی جاتی ہین اور ان کا اثر اندر عضلات پر ہوتا ہے۔

مہیج ادویہ حسب ذیل ہین

(الف) آبلہ انگیز ادویہ

(ب) رائی کے پلاسٹر۔

(ج) رائی کی پتیان۔

(د) آیوڈاین Iodine

(ہ) لینی منٹ Liniments (طلا)

(و) داغ دینا۔

(ز) جونک لگانا۔

الف آبلہ اُٹھانا | آبلہ انگیز دوا ئین دو طریقون سے لگائی جاتی ہین بطور پلاسٹر کے اور دوسرے آبلہ انگیز بہت رقیق دوا کا عضو ماؤف پر ہلکا لیپ کر دیا جاتا ہے جب پلاسٹر کرنا ہو تو اول صابون اور پانی سے اچھی طرح

موقع پلاسٹر دھو دیا جائے اور پھر ایتھر Ether سے جلد کی چکنائی دور کیجائے پلاسٹر جائے ماؤف کے موافق کاٹا جائے اور گرم پانی سے تر کیا جائے اور لگا دیا جائے۔ اور ایک ایسی ہلکی پٹی اس پر باندھ دی جائے کہ جب وہ آبلہ اُٹھ جائے تو کسی قسم کی اُس پر سختی نہ معلوم ہو جب سیال آبلہ انگیز دوا استعمال مین لائی ہو تو جسم کو حسب طریق مذکورہ بالا صابون اور پانی سے دھو لیا جائے اور جس مقام پر لگانا ہو اوسپر ویسلین Vaseline سے محیط کر دیا جائے۔ تاکہ دوا احاطہ کے اندر ہی اندر رہے۔ دو یا تین تہ دوا لگانی چاہیئے۔ اور قدرے روئی رکھکر ڈھیلی پٹی سے باندھ دیا جائے۔ آبلہ انگیز دوائین نہایت احتیاط کے ساتھ استعمال کرنی چاہئین اور علی الخصوص جب بچون کو لگائی جائین اور بھی زیادہ احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔

پلاسٹر دس سے بارہ گھنٹہ تک لگا رہنا چاہیئے اگر اس عرصہ مین آبلہ نہ اُٹھے تو گرم سینک کر دینا مفید ہوتا ہے۔ اس سے آبلہ کو اشتعال ہو جاتا ہے اور آبلہ جلد اُٹھ آتا ہے جب آبلہ اُٹھ آئے تو نہایت ہوشیاری کے ساتھ پلاسٹر اُٹھا لیا جائے۔ تیز اور جوش کھائی ہوئی مقراض سے آبلہ کو نیچے کی جانب سے کاٹ دیا جائے۔ اور رطوبت نہایت آہستگی کے ساتھ دبا کر صاف روئی سے جذب کر لی جائے۔

ب رائی کا پلاسٹر دو حصہ رائی اور ایک حصہ میدہ مین ذرا گرم پانی ملا کر حل کر کے لیئی بنائی جاتی ہے اور چھوٹے بڑے حسب ضرورت

فلالین کے ٹکڑے پر ہموار پھیلائی جاتی ہے اور ٹکڑے کے سرے
اندر کی جانب اس غرض سے موڑ دئیے جاتے ہین کہ پھیل کر کسی
دوسرے حصہ عضو برہنہ لگے جسم پر لگانے سے قبل ایک ہلکی ململ کا
ٹکڑا پلاسٹر کے اوپر بچھا دیا جاتا ہے - قریباً پندرہ منٹ تک پلاسٹر
لگا رہتا ہے اس کے بعد ویسلین یا کسی دوسرے مرہم کا پھایا مقام
ماؤف پر جہان پلاسٹر لگایا گیا تھا - لگا دیا جاتا ہے

ج رائی کی پتیان | پتیون کا پلاسٹر بہ نسبت رائی کے پلاسٹر کے آسان
اور آرام دہ ہوتا ہے - گرم پانی مین پتیون کو بھگو لیا جاتا ہے اور جتنی
دیر تک اور جس طرح رائی کا پلاسٹر لگایا جاتا ہے اوسی طرح اس کا پلاسٹر
بھی لگایا جاتا ہے -

د آیوڈین Iodine | اکثر اوقات ہیجان پیدا کرنے کے لئے آیوڈین
Iodine استعمال کی جاتی ہے - چنانچہ اس کو جراح کی چوبی تلوار
کہتے ہین - جلد کو پہلے دہو لینا چاہیئے اور پھر اونٹ کے ملایم بالون کے
برش سے آیوڈین Iodine کا ضماد کر دیا جاوے پہلے پلاسٹر کی تہ
جب خشک ہو جائے تو پھر دوسری تہ اوس پر لگا دی جائے -

اگر ڈاکٹر نے ایوڈین کا پھایا تجویز کیا ہو تو جو جو طریقے اور ہدایات
اس نے بتلائی ہون اُن کو بغور یاد رکھنا چاہیئے کیونکہ اس کی تاثیر بہ نسبت
سیال دوا کے زیادہ تیز ہوتی ہے اور ملایم جلد پر بہت جلد زیادہ خراش
پیدا کرتا ہے - اس کے ٹنکچر Tincture مین اگر ½ حصہ ارنڈی کا

تیل ملا دیا جاوے تو جلد شق ہونے سے محفوظ ہو جاتی ہے۔
ہ لینی منٹ Liniment مالش ٹرپن ٹائن Turpentine
اور بہت سی دیگر ادویہ کی مالش ہاتھ سے کی جاتی ہے۔ ہیجان پیدا
کرنے کے لیے یہ بہت مفید اور کار آمد ہوتی ہیں اس کے اکسیر ہونے
کی دلیل اس سے زیادہ اور کیا ہو سکتی ہے کہ ہر قسم کی چوٹ اور
درد و ورم وغیرہ کے دور کرنے کے لیے جس قدر اس کی مانگ اور
جس کثرت کے ساتھ دوا فروشون کے یہان اس کی فروخت ہوتی
ہے اس قدر اور کسی دوسری مہیج ادویہ کی نہین ہوتی۔
د - داغ خارجی ہیجان داغ سے بھی پیدا کیا جاتا ہے۔ لیکن اسکا
استعمال زیادہ تر ویٹرینیری ڈاکٹر کرتے ہین۔ داغ لگانے کے دو طریقے
ہین (۱) درد رفع کرنے کے لئے ایسی حالت مین جس گرم چیز سے
داغنا منظور ہوتا ہے اس کو مقام درد پر نہین رکھتے ہین بلکہ کچھ دور
رکھ کر اس قدر سینکتے ہین اور ہٹاتے رہتے ہین کہ سطح عضو کی جلد
سرخ ہو جاتی ہے (۲) جوڑون کا مزمن درد رفع کرنے کے لیے
بھی داغا جاتا ہے۔ ایسی حالت مین جس آلہ سے داغنا ہوتا ہے
اسکو اس قدر گرم کیا جاتا ہے کہ قریب سرخ ہونے کے ہو جاتا ہے
اور بہت ہلکے ہاتھ سے مقام ماؤف پر بہت آہستہ آہستہ سینک دیا
جاتا ہے تاکہ جلد کے بالائی حصہ پر آبلہ پڑ جائے اور اس کی حسب
معمول مرہم پٹی کر دی جائے۔

ز۔ جونک | جونکین درد کو دفع کرنے اور ورم کو تحلیل کرنے کی غرض سے لگائی جاتی ہین ایک جونک قریباً اسے ۳ ڈرام تک خون چوستی ہے اس کا جو جانب پتلا اور نوکدار ہوتا ہے وہی منہ ہوتا ہے قبل جونک لگانے کے جسم کو خوب اچھی طرح صابون و پانی سے دھو کر خشک کر لینا چاہیئے اور ممکن ہو تو ہاتھ سے جس جگہہ لگانا ہو اچھی طرح مل دے تاکہ خون سطح پر آجائے جہان تک ممکن ہو لگانے کے بعد ان کو ہاتھ کم لگایا جائے۔ ایک جونک قریباً ۴۵ منٹ تک خون چوستی رہتی ہے زبردستی کھینچ کر یا جھٹکے سے نہ چھڑائی جائے ورنہ اس کے دانت ٹوٹ کر جلد مین رہ جائینگے۔ اور ایک تکلیف دہ زخم پیدا ہو جائےگا۔ اگر جونک چھوٹتی نہ ہو یا چھڑا لینا منظور ہو تو ایک چٹکی نمک چھڑک دینے سے اپنی جگہہ چھوڑ دیگی۔ اگر خون زیادہ نکلتا ہو تو گرم سینک زخم والی جگہہ پر لگائی جائے۔ ورنہ زخم پر روئی یا پارچہ کی گدی رکھ کر باندہ دیا جائے تاوقتیکہ خون کا نکلنا بند نہ ہو جائے مریض کی کیفیت کو بغور دیکھتے رہنا چاہیئے کیونکہ بعض اوقات یہ بہت تکلیف دہ ہوتا ہے۔

۴۔ جلد پر لگانے کے ادویہ | جلد پر لگانے کے لئے مختلف اقسام کے مرہم استعمال کئے جاتے ہین اور اُن کی غرض حسب ذیل ہوتی ہے۔

۱۔ زخم کی حالت کو بھڑکانا۔

۲۔ جلدی امراض کا علاج کرنا۔

۳۔ خارجی ہیجان پیدا کرنا۔

مختلف اقسام کے سفوف یا مختلف ادویہ کے ست کو چربی یا ویسلین یا ٹھنڈی بالائی مین بنا کر مرہم بنائے جاتے ہین۔
لنٹ کے نرم جانب مرہم کو خوب برابر لگا کر زخم یا عضو ماؤف پر لگانا چاہیئے۔
نرس کو لازم ہے کہ مرہم سے اگر مالش کرنا ہو تو اپنی انگلی ہرگز نہ لگائے کیونکہ مرہمون مین تیز دوائین شامل ہوتی ہین مثلاً "دو پارہ" یا بلاڈونا Belladonna بلکہ کسی لنٹ یا پارچہ وغیرہ پر اُٹھا کر لگانا یا مالش کرنا چاہیئے اور فوراً اپنے ہاتھون کو اچھی طرح دہو لینا چاہیئے۔

۵۔ حلق اور منہ کی دوائین

غرارہ اور بھپارہ لینا آواز اور تنفس اور منہ کے امراض مین بعض اوقات غرارہ اور بھاپ لیتے ہین۔ دوا کو ایک بڑے چمچہ مین رکھکر منہ مین ڈالتے ہین اور سر کو پشت کی جانب کسی قدر کرکے سانس کے ذریعہ منہ کے اندر اس کو ہلاتے رہتے ہین۔ احتیاط کرنی ہوتی ہے کہ غلطی سے کوئی گھونٹ غرارہ کا حلق کے نیچے نہ چلا جائے دو یا تین مرتبہ ایک وقت مین غرارہ کیا جاتا ہے۔

بھاپ یا بھپارہ لینا طبی اصطلاح مین اس سے مراد یہ ہے کہ بھاپ یا ابخرات کی دم کشی کی جائے خواہ سادہ پانی کی ہو یا اوس مین آمیزش دوائی کی ہو جسکے آلات جن کو ان ہیلرس Inhalers کہتے ہین

مختلف اقسام اور ساخت کے فروخت ہوتے ہین اگرچہ وہ اکثر آرام دہ ہوتے ہین لیکن ذیل مین جو طریقہ تبلایا جاتا ہے اس سے زیادہ وہ مفید نہین ہوتے۔

ایک کوزہ مین کھولتا ہوا پانی ڈال کر اس کے کنارے پر ایک تولیہ یا بڑا سا رومال گول کر کے رکھ دیا جاتا ہے جس پر مریض اپنا منہ رکھ کر بھپارہ لیتا ہے۔ آسان قسم کا بھپارہ ایک چمچہ "فرایرز بلسم" Balsam Friar's ایک پائنٹ کھولتے ہوئے پانی مین ملا کر بنایا جاتا ہے اور تمام اقسام کے حلق کے اور پھیپھڑے کی نلیون کے ورم کے دور کرنے مین مفید ہوتا ہے۔

۶- آنکھ کی دوائین | آنکھ کو فضلات سے صاف کرنے کے لئے لوشن سے دھویا جاتا ہے اسکے دھونے کا ایک خاص قسم کا آلہ بنا ہوا ہوتا ہے جسکو آئی باتھ Eye-bath کہتے ہین اُس سے بہت آسانی سے آنکھ دھوئی جاتی ہے یا صاف روئی کو لوشن سے تر کر کے آنکھ سے دو انچہ اوپر سے تکمید کرتے ہین۔ اور آنکھون کے پپوٹون کے اندرونی سطح تک اچھی طرح لوشن پہونچانے کی کوشش کرتے ہین۔ بہترین تدبیر یہ ہے کہ بالائی پپوٹون پر انگوٹھا اور نیچے کے پپوٹے پر انگلی رکھ کر نیچے کی طرف کھینچین اور مریض سے نیچے کی طرف دیکھنے کو ہدایت کی جائے۔

آنکھ مین دوائی مختلف حالتون مین مختلف طریقون سے ڈالی جاتی ہے۔ جب دوائی کا مقصد آنکھ کی جھلی پر اثر کرنے کا ہو تو پپوٹون کو الٹ دیا جائے

اور دوا اوپر سے اندر کی تہ مین ڈالی جائے۔ اگر دوائی پتلی کے چھوٹے یا بڑے کرنے کی غرض سے ڈالی جاتی ہے تو نیچے کا ہونٹہ نیچے کی طرف کو کھینچا جائے اور ایک یا دو قطرے اندر کی تہ مین ٹپکا دیئے جائین۔

آئی ڈراپ Eyedrop بوتل سے اگر قطرہ پہونچانے ہون تو قبل آنکھ مین ڈالنے کے دو تین قطرہ زمین پر گرا لینا مناسب ہوتا ہے تاکہ اگر کوئی چیز ٹونٹی مین پڑ گئی ہو تو قطرون کے ساتھ نکل جائے۔

"عمل"

اینما Enemas یعنی عمل کی ضرورت امعاء کے صاف کرنے کیلئے ہوتی ہے۔ سخت قبض یا اسہال پیچش مین عمل دیا جاتا ہے۔ اس کے دینے کی ترکیب یہ ہے کہ ایک ظرف مین کچھ بلندی پر پانی رکھا جاوے اور اس مین ربڑ کی ٹیوب یعنی نلکی لگی ہو یا ڈاکٹر "ہیگن سن" کی ایجاد کردہ عمل کی پچکاری سے دیا جاتا ہے۔ اگر عمل خود اپنے ہاتھون سے لینا ہو تو مریض اپنے سے دو فٹ کی بلندی پر پانی کے ظرف کو رکھے اور خود چت لیٹ جائے اور سر نیچے کر لے۔ اور ایک تولیہ اپنے نیچے بچھا لے۔ اور امعاء مین داخل کئے جانے والا حصہ (جو ہر ایک انگریزی دوا فروش کی دوکان سے مل سکتا ہے) ربڑ کی نالی کے ساتھ لگا دیا جاتا ہے۔ اور ظرف مین ڈیڑہ پائنٹ گرم پانی مین صابون کے جھاگ روغن زیتون بوراسک ایسڈ Boric acid یا کوئی دوسری خاص دوا جو ڈاکٹر نے تجویز کی ہو ڈال دی جاتی ہے مقعد نال کو چکنا کر لیا جائے اور آہستہ آہستہ مبرز مین قریب

دوا پچھ کے داخل کریں ۔ اور انگلیوں سے پچکاری کو دبائیں تاکہ ہوا کے دباؤ سے پانی بھر جائے اور مبرز کی جانب پانی پہونچتا رہے ۔ قریباً ایک پائینٹ پانی مبرز میں بتدریج داخل کیا جائے اور دس منٹ تک جاری رکھا جائے ۔ اگر "ہیگن سن" کی ایجاد کردہ پچکاری استعمال کرنی ہے تو مریض کے قریب ایک ظرف میں گرم پانی رکھا جاتا ہے اور مریض بائیں کروٹ گھٹنوں کو سکیڑ کر لیٹ جاتا ہے پچکاری میں پانی بھر آنے کے لئے دونوں حصے پانی کے اندر رکھے جاتے ہیں اور درمیانی گول حصہ دبا کر پانی بھر لیا جاتا ہے ۔ سفید ہڈی کا سنہ جو دوسرے کنارے پر لگا ہوتا ہے اس کو مبرز میں داخل کر دیا جاتا ہے اور دوسرا سرا بدستور پانی میں ڈوبا رکھا جاتا ہے اور ایک ہاتھ سے نلکی کا درمیانی حصہ دبایا جاتا ہے اور پانی امعاء میں زور کے ساتھ داخل ہوتا ہے ۔ اگر عمل آہستہ کیا جائے تو کوئی تکلیف نہیں ہوتی ۔ ویسا بارہ مرتبہ درمیانی حصہ کو دبانے سے ایک پائنٹ پانی اندر پہونچ جاتا ہے شدید درد یا قبض کو دور کرنے کے لیے زیادہ گرم پانی استعمال کیا جاتا ہے اور قبض یا سخت سددوں کو ملائم کرنے کے لئے گرم پانی میں صابون یا روغن زیتون دینا مفید ہوتا ہے ۔ شکم کے پھول جانے اور درد ہونے کی حالت میں ایک اونس ٹرپن ٹائن Turpentine چار اونس روغن زیتون اچھی طرح ملا کر اور ایک پائنٹ گرم پانی اور صابون مخلوط کر کے عمل دینا چاہیئے ۔

استارچ | Starch | یعنی نشاستہ کا عمل اس طرح بنایا جاتا ہے
دو چمچہ نشاستہ ٹھنڈے پانی میں ملا کر اوپر سے دو اونس کھولتا ہوا
پانی ڈال کر اچھی طرح حل کر کے لئی بنا دی جاتی ہے۔ اگر ڈاکٹر تجویز
کرے تو بیس قطرے "لاڈنم" Laudanum کے اسٹارچ Starch
میں ملا دینا مفید ہوتا ہے۔

• چھوٹے بچوں کی آنتوں میں بہت تھوڑی سیال شے داخل کرنا چاہئے
ایک سال کا بچہ ڈیڑھ سے دو اونس تک پانی جھیل سکتا ہے۔ لیکن
ایک سال کے بعد جتنے سال کا بچہ ہو اوتنے ہی اونس پانی کی مقدار
کافی ہوتی ہے۔

عمل غذائی | مسلسل متلی ہونے یا غذا کے ہضم نہ ہونے کی حالت
میں اس قسم کا عمل دیا جاتا ہے انڈے کی سفیدی اور دودھ یخنی یا
ارارورٹ یا دیگر اجزاء سے بنایا جاتا ہے۔ اور قبل دینے کے ہاضم سفوف
یعنی پانچ گرین پیپسین Pepsin یا بشرط اجازت ڈاکٹر پانچ سے
دس قطرہ تک "ہائیڈروکلورک ایسڈ" Hydrochloric acid
گرم مکسچر میں خوب اچھی طرح سے ملا دینا چاہیے۔ ایک گھنٹہ تک پانی رکھا جائے اور قدرے
"بائی کاربونیٹ آف سوڈا" Bicarbonate of soda
ڈال کر ہلایا جائے یہاں تک کہ جھاگ کا اٹھنا بند ہو جائے۔ پانچ
یا چھ گھنٹے کے وقفہ سے تین یا چار اونس پچکاری کے ذریعہ سے آنتوں
میں پہونچانا چاہیئے۔ قبل عمل دینے کے آنتوں کو گرم پانی سے دھو لینا چاہئے

تاکہ فضلات خارج ہوجائین۔

کھپاچون پر گدی باندھنا

مین مناسب سمجھتا ہون کہ اس موقع پر مختصر الفاظ مین نرسون کے اھم ترین فرائض مین سے ایک فرض کو بیان کرون وہ یہ ہے کہ ڈاکٹر کے آنے سے پہلے کھپاچون کا تیار کرنا۔ کھپاچون کو بلا روی کی گدی کے ہرگز نہ باندھنا چاہیئے۔

عارضی گدیون کا بیان کتاب ”انڈین مینول آف فرسٹ ایڈ“ Indian manual of first aid مین کیا گیا ہے لیکن ذیل مین ان کھپاچون کے بنانے کی ترکیب بتلائی جائیگی کہ جن کی ضرورت دفعتاً ہوجاتی ہو۔

روئی کاٹن اول cotton-wool بچھا کر کھپاچین رکھی جائین اور چارون طرف سے کاٹن اول اس طرح کاٹ لی جائے کہ ہر طرف کھپاچون سے ایک ایک انچہ حصہ نکلا ہوا رہے۔ کھپاچون کے ساتھ روی کو پلاسٹر کے تین ٹکڑون سے وابستہ رکھنا چاہیئے ایک تو سرے پر دوسرا نیچے کی جانب اور تیسرے وسط مین۔ اُن کے سرون کو کھپاچون کے اوپر سے لاکر باہر کی جانب کو باندھ دیا جائے۔ یہ طریقہ استعمال کرنا چاہیئے جبکہ گدیان بنائی جارہی ہون۔

جب مستقل طور سے کھپاچون کا استعمال مطلوب ہو تو کاٹن اول

Cotton-wool کی گدیان چھوٹی چھوٹی بنائی جائین۔

گدیان ہمیشہ کھپاچون سے بڑی رکھی جائین اور تھوڑی تھوڑی ہر جانب نکلی ہوئی رہین تاکہ کھپاچ کا کوئی کنارہ جلد سے نہ لگنے پائے جوڑون اور استخوانی اُبھارون پر دباؤ نہ پڑنے پائے ایسے حصون پر کہ جنکی ہڈیان جلد کے متصل ہوتی ہین اُن کی گدیان زیادہ دبیز ہونی چاہئین تاکہ ہڈی پر زیادہ دباؤ نہ پڑے۔

باب بستم

ذاتی اور خانگی ھائیجین Hygiene

یہ مضمون من جملہ اُن مضامین کے ہے کہ جو سینٹ جانس ایمبولنس ایسوسی ایشن St. John Ambulance Association کے نصاب میں آخری سبق ہے۔ لیکن یہ ظاہر ہے ایک وسیع مضمون ہے جسکا صرف ایک شمہ اس کتاب میں بیان کیا جاتا ہے اگر ناظرین کتاب ہذا کچھ زیادہ معلومات حاصل کرنی چاہیں تو ان کو کتاب "موسومہ ٹراپکل ہائی جین" Tropical Hygiene ملاحظہ فرمانی چاہیئے
چند ضروری امور ایسے ہیں کہ جن کی پابندی یا عدم پیروی پر تندرستی یا علالت کا انحصار ہوتا ہے۔

۱- سکونتی مکان۔
۲- جسمانی صفائی۔
۳- ملبوسات۔
۴- ماکولات اور مشروبات۔
۵- ایلکوہل Alcohol

۶۔ تمباکو

۷۔ ورزش

۸۔ سونا۔

۱۔ مکان سکونتی | مکان خواہ گرم ملک مین ہو یا سرد ملک مین چھ باتین اوس مین ضرور ہونی چاہیئین۔

(۱) مکان ایسے موقع پر ہو کہ مرطوب نہ ہو اور نہ تنگ و گنجلک ہو منظر خوشنما ہو۔

(۲) مکان کے نابدان و بدررو وغیرہ زمانہ حال کی ضروریات کے لحاظ سے ہون تاکہ "ویشنو" کے قواعد اور "منو" کے قوانین کی پابندی کی جائے۔

(۳) مکان مین صاف ہوا کی آمد و رفت کا انتظام معقول ہو۔

(۴) مکان کی تعمیر ایسے اصول کے ساتھ کی گئی ہو کہ فرش دیوار اور چھت مین نمی کا نام بھی نہ رہتا ہو۔

(۵) موسم سرما مین گرم کرنے اور گرما مین سرد کرنے کے ذرایع مکان مین مناسب رکھے گئے ہون۔

(۶) روشنی اور آفتاب کی شعاعین مکان مین پھونچتی ہون۔

(۲) ذاتی صفائی | ذاتی صفائی کے متعلق باقاعدہ عادی ہو جانے سے مرض کے لئے حفظ ما تقدم ہے روزانہ غسل کرنا چاہیئے اور گرم ملکون مین

جہان پر جلد کا فعل بہت تیزی کے ساتھ ہوتا ہے صابن کا بالعموم استعمال ضروری ہے تاکہ اجزاے فاسد جو جلد کی سطح پر جمع ہوتے رہتے ہین دور ہو جائین - اُس غسل سے کہ جس مین خنکی نہ ہو (سرد متوسط یا شیر گرم) کوئی ذاتی اثر نہین ہوتا - یہ صرف صاف کرنے کیواسطے مفید ہوتا ہی اور نیچے بوڑہے اس کو اچھی طرح سے کر سکتے ہین -

روزانہ کا غسل زمانہ حال کی ایجاد ہے اور برطانیہ مین بھی پہلے اسکا رواج نہ تھا ہمارے آبا و اجداد کے زمانہ مین غسل خواہ کسی قسم کے ہون حسب ضرورت کبھی کبھی کئے جاتے تھے اور روزانہ غسل کا رواج انکی بعد کے زمانہ سے ہوا ہے - ولایت کے باشندے جو گرم ممالک سے واپس آئے روزمرہ کا غسل بھی اپنے ساتھ لائے - گرم ممالک مین چونکہ گرمی زیادہ پڑتی ہے اس لئے دن مین کئی بار نہانے کی ضرورت ہوتی ہے لیکن طریقہ غسل جو گرم ممالک مین جاری ہے وہ ولایت کے طریقہ سے بالکل مختلف ہے - ہندوستانیون کا غسل صرف یہ ہے کہ میدان یا سفالہ پوش غسلخانہ مین کھڑے ہو کر ٹھنڈے پانی کو جسم پر ڈال لیا - اس غسل کا اثر طبی لحاظ سے انسان کے جسم پر اُس قسم کا نہین ہوتا - جیسا کہ کچھ دیر کے لئے گرم یا ٹھنڈے پانی مین بیٹھ کر غسل کرنے سے ہوتا ہی پہلے گرم پانی مین بیٹھ کر غسل کیا جاے اور بعد مین ٹھنڈا پانی جسم پر ڈال لیا جائے تو دل کو فرحت اور جسم مین مستعدی آتی ہے گرم ممالک مین نوجوان اور بڈھے

بلاخوف ایک بار گرم پانی سے اور بعد مین ٹھنڈے پانی سے روزانہ ایک بار غسل کر سکتے ہین۔ اور علاوہ اس کے ہفتہ مین دو تین بار (فی مرتبہ پانچ منٹ سے زیادہ نہین) گرم پانی اور صابن سے غسل کرنا چاہیئے ہندوستان مین ٹھنڈے پانی مین غوطہ نہ لگایا جاوے ہاتھ اور منہ کو دن مین کئی بار دھونا چاہیئے۔ کھانے کے قبل ہاتھون کو ضرور دھولینا چاہیئے تاکہ کثافت وغیرہ سے ہاتھ صاف ہوجائین۔ اور امراض کے جراثیم غذا کے ساتھ نہ اندر داخل ہوجائین۔

دانتون کی صفائی پر خاص طور پر توجہ کرنی چاہیئے کیونکہ انھین کی سلامتی پر غذا کے کوچنے کا دارومدار ہے۔ دن مین ایک یا دو بار ضرور صاف کرنے چاہین تاکہ غذا کے فضلات اگر کچھ دانتون مین لپٹے ہون تو نکل جائین اور وہان رہ کر سڑنے نگلین نہین۔

امعاء کی صفائی بھی کچھ کم توجہ کی محتاج نہین ہے دن مین کم از کم ایکبار فراغت کے ساتھ اجابت ہوجانی چاہیئے اور عادت ڈالنی چاہیئے کہ دوسرے دن پھر اوسی وقت حاجت معلوم ہو علی الصباح کی چاء کے بعد کا وقت اس کے لئے بہت موزون ہوتا ہے۔ تیز مسہلہ ادویہ سے پرہیز کرنا ضروری ہے۔ دائمی قبض اگر رہتا ہو تو آسانی کے ساتھ باقاعدہ ورزش کرنے میوہ جات کھانے اور اوٹ میل oat-meal کے استعمال سے رفع کیا جاوے۔

۳۔ ملبوسات | ہندوستان کے مرطوب مقامات مین ورزش کے

وقت کوئی ہلکا اونی لباس ہونا چاہیئے کیونکہ سوتی لباس پسینہ سے تر ہوجاتا ہے۔ ہندوستان کے گرم وخشک تر مقامات مین سوتی لباس زیادہ آرام دہ ہوتے ہین ملک کی آب وہوا اور انسان کی تندرستی کے لحاظ سے کپڑے کی دبازت اور نوعیت ہونی چاہیئے باریک اونی یا ریشم اون ملا ہوا، یا مری نون Merino کے کپڑے گرمی مین اور جیگر کمبینیشن Jaegar combination کر گرمی موسم سرما مین استعمال کرنا چاہئین اون گرمی اور دہوپ کی نان کنڈکٹر Non-conductor ہے اس لئے یہ جلد تغیر اور سردی لگ جانے کو روکتی ہے۔ علاوہ ازین اس مین جذب کرنے کی کم خاصیت ہے اور اس وجہ سے بہ نسبت اور چیزون کے زیادہ آرام دہ ہوتی ہے۔
اس لحاظ سے اونی کے بعد ریشمی پارچہ کا نمبر ہے سوتی اور سن کے کپڑے حرارت کو زیادہ جذب کرتے ہین اور جلد پر ورزش کے وقت مین پہننے نہین چاہئین جبکہ پسینہ زیادہ آرہا ہو۔ اونی کمبینیشن Combination کے اوپر اگر عورتین گھٹنون تک کا بند باریک سوتی پائجامہ پہنین تو یہ مفید ہوتا ہے کیونکہ کثیف گرد جس مین جراثیم ہونے کا احتمال ہوتا ہے اس سے وہ اعضا محفوظ رہتے ہین۔
سرکاری کتاب جس مین ہندوستان کے لیے بقاء صحت کی تدابیر بتائی گئی ہین اس مین بالکل درست بتایا گیا ہے کہ فلالین کے کمر بند جس غرض سے عموماً استعمال کئے جاتے ہین وہ غرض حاصل

نہین ہوتی - اُس کو ٹھیک جگہ قایم رکھنا دشوار ہوتا ہے یا تو پسلی کے
نیچے کھسک جاتا ہے یا پیڑو پر سکڑ کر مثل پٹی کے ہوجاتا ہے - دونون
حالتون مین کچھ مفید نہین ہوتا اور ورزش کرنے مین چونکہ پسینہ
جسم سے خارج ہوتا ہے اس لئے پسینہ سے تر ہو کر مثل ٹھنڈی پلٹس
کے پیٹ پر ہوجاتا ہے -

اگر ضرورت لازمی سمجھی جاوے تو "کالرا بلٹ" Cholera-Belt
کا استعمال صرف شب کے وقت کیا جائے موسم گرما مین کمل اوڑھنے
کے لئے لوگ رکھتے ہین - لیکن خرابی یہ ہے کہ غافل اور بے چین سونے
والے پاؤن سے مار کر ادھر اُدھر کر دیتے ہین اور نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ پنکھے
کی ٹھنڈی ہوا کے جھونکے پیٹ پر لگتے رہتے ہین - گرم ممالک مین بلاشبہ
یہ نہایت خطرناک ہوتا ہے جو لوگ اس ملک مین نو وارد ہون اُن کو
پورے طور پر ذہن نشین کرا دینا چاہیئے کہ سرد ممالک مین اگر ٹھنڈ لگ
جاتی ہے تو صرف زکام ہی ہو جاتا ہے لیکن گرم ممالک مین سردی
لگ جاتی ہے تو بعض اوقات سخت دست یا ہیضہ ہوجانے کا احتمال
ہوتا ہے -

موسم گرما مین "کارسٹ" Corset عموماً ہندوستان مین پہنا
جاتا ہے لیکن اسکا استعمال اس موسم مین نہایت مضر ہوتا ہے
جس حصہ جسم پر ہوتا ہے اس مین اعتدال سے زیادہ گرمی کرتا ہے نیچے
کے لباس جو پسینہ سے تر ہوتے ہین اُن سے تبخیر ہونے مین مانع ہوتا ہے

چنانچہ اعضاء مین سردی لگ جانیکا احتمال ہوتا ہے علاوہ اس کے خون کے دوران مین حارج ہوتا ہے پھیپھڑون کے فعل کو روکتا ہے اوراس طرح جسم کے اندرواسے فضلات کو پورے طور پر خارج ہونے نہیں دیتا۔ اوران سب کا انجام یہ ہوتا ہے کہ گرم ممالک کے لوگ کمی خون بدہضمی اور ضعف اعصاب مین اکثر مبتلا پاے جاتے ہین۔

مزیدبران یہ خرابی ہے کہ تنگ کارسٹ Corset کے استعمال سے اندرونی اعضاء اپنی جگہہ سے ہٹ جاتے ہین اگر موسم گرما مین استعمال کی جاے تو کسی جوف دار پارچہ کی ہون اوران مین آہنی کمانیان نہ لگائی جائین "وہیل" Whale مچھلی کی ہڈیان لگاکر ان کو کسا جاے اور اس کا بوجھ تاکہ پیڑو اور شکم پر نہ پڑے ان مین ہک لگادیے جائین۔

"کارسٹ" سے زیادہ آرام دہ گرمی کے دنون مین "باڈس" Bodice ہوتی ہے جس مین "ڈرارس" Drawers اور "سایہ" Skirt بٹن کے ذریعہ سے لگادیے جاتے ہین اور یہ فائدہ بھی ہوتا ہے کہ بآسانی دھوئی جاتی ہے۔ گرمی کے موسم مین ضرورت اس بات کی ہے کہ اگر ٹھنڈیا گرمی دانون سے بچتا ہے تو جلد کے قریب جو کپڑا پہنا جائے وہ جلد جلد تبدیل ہونا چاہیئے۔

اگر گرمی دانے نکلنے والے ہون اور بدن مین کھجلی معلوم ہوتی ہو تو ادنی لباس کے نیچے ریشمی باریک واسکٹ استعمال کی جائے

جن مقامات مین ملیریا Malaria کا اثر زیادہ ہو وہان جالی دار پارچے یا بہت باریک موزے وغیرہ نہ استعمال کئے جائین ورنہ مچھر ملیریا کا زہریلا اثر جسم کے اندر پہونچا دیتے ہین اگر دبیز موزون کا دستیاب یا استعمال کرنا دشوار ہو تو باریک موزے پر ایک اور باریک موزہ پہن لیا جائے۔

۲۔ غذا اور پانی — انسان کو لازم ہے کہ وقت معینہ پر کھانا کھائے اور نہ مقدار مین کم اور نہ زاید بلکہ اعتدال کے ساتھ کھائے۔ کھانے مین لحاظ رکھے کہ نوالہ اچھی طرح چبایا جائے۔ اور کھانے مین جلدی نہ کرے بلکہ آہستہ آہستہ کھائے جلدی جلدی لقمہ نگلنے یا دانتون سے بلا چبائے ہوئے نگلنے مین نقصان یہ ہوتا ہے کہ لعاب دہن کو موقع حل ہونے کا نہین ملتا کم چبائی ہوئی غذا کے ٹکڑے معدے کے اندر جا کر ہضم مین فتور پیدا کرتے ہین۔ جلد جلد کھانے مین انسان کو اندازہ نہین ہوتا کہ کس قدر اُس نے کھایا۔ بعض اوقات ضرورت سے زاید کھا جاتا ہے اور معدہ نیچے سے اوپر تک ٹھس جاتا ہے۔ اور اس کا پتہ کھانے کے وقت نہین معلوم ہوتا ہے بلکہ کھانے کے بعد پیٹ تن جاتا ہے اور گرانی معلوم ہوتی ہے اس عادت کا انجام یہ ہوتا ہے کہ ہضم مین فتور اور دیگر عوارض لاحق ہو جاتے ہین۔

نو وارد یوروپین کو لازم ہے کہ ہندوستان مین اگر پہلی بار آنا ہوا ہو تو شروع شروع مین بہت اعتدال کے ساتھ کھائین سرد ملک سے

گرم ملک مین آجانے کی وجہ سے ہضم کرنے والے اعضا مین ایک عظیم تغیر وقوع پذیر ہوتا ہے اور خاص کام یہ ہوتا ہے کہ تبدیل آب وہوا کی وجہ سے جگر کو فضلہ زائد مقدار مین خارج کرنا ہوتا ہے۔ حیوانی غذائین یعنی گوشت زاید مقدار مین نہ کھائے جائین ہندوستان کے گوشتون مین نہ اس قدر پرورشی مادہ ہوتا ہے اور نہ اس قدر جلد اور آسانی کے ساتھ ہضم ہوتے ہین کہ جس قدر سرد ممالک مین اس لئے اعتدال کے ساتھ ہندوستان مین گوشت کھانا چاہیئے۔ گوشت مین کمی اور نباتی اشیاء مین زیادتی کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہندوستان کی آب وہوا کے لحاظ سے دن رات مین تین بار ہر کھانے کے ساتھ گوشت کھانا مناسب نہین ہے۔ اور اس کی وجہ صرف یہی ہے کہ گوشت سے فضلات زیادہ پیدا ہوتے ہین جن کے خارج کرنے کا دباؤ جگر پر زیادہ پڑتا ہے۔ اگر کوئی امر جگر کے فعل مین مانع ہوتا ہے تو وہ اپنے فعل سے عاری ہوجاتا ہے۔ بقائے صحت کے لحاظ سے غذا جہان تک ہو سادہ ہونی چاہیئے مرغن کھانے جن مین گھی۔ مکھن تیل۔ یا چربی۔ پڑی ہو۔ شیرنی۔ اور تیز مصالحہ زیادہ استعمال نہ کئے جائین۔

اگر کسی قسم کے اشتہا پیدا کرنے والے یا تیز مصالحہ استعمال نہ کئے گئے ہون تو بہتر ہے کہ اس وقت تک کھاتا رہے جب تک سیر نہ ہوجائے جوان شخص کے لئے ایک دن مین دو سے تین پائنٹ تک

پانی کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس مین سے کچھ بطور پانی کے اور باقی غذا کے ساتھ شکم مین پہونچتا ہے چاء اور قہوہ مفید مشروبات مین سے ہین لیکن زیادتی کمضر اور اعتدال مفید ہوتا ہے۔ سیال اشیاء کھانے کے بعد کھائی جاوے کھانے کے شروع مین ان کا استعمال درست نہین ہوتا۔

سٹیر گرم مشروبات پیاس مین تسکین پیدا کرتے ہین وجہ یہ ہے کہ منہ کی جھلی دار رتہ کو ملایم کر دیتے ہین۔

محنت و مشقت کرنے کے بعد ٹھنڈی چاء اور قہوہ یا دودھ یا کوکو پینا بہت مفید ہوتا ہے۔

۵۔ ایلکوہل Alcohol اس کا استعمال تہذیب یافتہ اقوام مین زمانہ سابق سے جاری ہے اور اگر اعتدال کے ساتھ محض خفیف مقدار مین استعمال کی جاوے تو شاذ و نادر مضر ہوتی ہے اعتدال کی تصریح ذیل مین کی جاتی ہے۔

ایک پاینٹ اچھا تیز ڈنر ایل Dinnerale یا ڈیڑہ پاینٹ ہلکی ٹیبل یا لیگر بر Table or Lagor Beer یا نصف پاینٹ ہلکا کلیرٹ Claret یا نصف گلاس پورٹ Port یا شیری Sherry یا تین یا چار چمچہ برانڈی Brandy یا جن Gin یا وسکی Whisky۔

وائن Wine بیر Beer اسپرٹ Spirit زائد مقدار

مین پینے کا اثر انسان کے دل کے حصہ پر بہت زیادہ پڑتا ہے۔ خون کے
اجزا کو بدلتا ہے بسنون کو مس کرتا ہے شرائین کے ذریعہ خون کے دورہ
کو روکتا ہے اور شرائین کے اندرونی حصون کو سخت کرتا ہے۔ شرائین
اور رگون کا ملایم رہنا بقاے صحت کے لیے ضروری ہے اور زیادہ شراب
کا اثر ان پر بالکل مخالف اور مضر ہوتا ہے جو لوگ شراب زیادہ مقدار مین
پیتے ہین ان کی عمرین ہندوستان جیسے گرم ملک مین کوتاہ ہوتی ہین۔
دوا مین شراب کا استعمال محض ڈاکٹر کی تجویز سے ہونا چاہیے اور
جتنے دنون تک اور جس مقدار مین بتلاے اس سے تجاوز کرنا ہرگز ٹھیک
نہین ہے۔ اکثر دن کا قاعدہ ہے کہ محرک اشیاء کا استعمال دوا کے
بعد بھی جاری رکھتے ہین۔
اس مین کلام نہین کہ شراب مین تغذیہ کا مادہ ہوتا ہے لیکن اس کی
مقدار بہت خفیف ہوتی ہے اور بھایت گرانی کے ساتھ خریدی جاتی ہے
اور علاوہ اس کے شراب بہت کم جزو بدن ہوتی ہے بلکہ شرائین و اعضائے
رئیسہ پر خراب اثر کر کے خارج ہو جاتی ہے۔
بعض لوگ خیال کرتے ہین کہ شب کے وقت محرک مشروبات کا استعمال
مفید ہوتا ہے یعنی قلب مین تحریک پیدا کرتے ہین حالانکہ شب کے وقت قلب کو
آرام کرنا چاہیے۔ لیکن اس خیال کا صحیح ہونا مشتبہ ہے۔ کیونکہ ولایت کی
ایک نامی لیڈی ڈاکٹر۔ ڈاکٹر برسن صاحبہ کا قول ہے کہ نیند لاتے کے لیے
برسون تک بلا کسی طرح کے مضر ہوئے اور کوئی چیز علاوہ شراب کے نہین ہے

یہ امر مسلمہ ہے کہ اگر محرک مشروبات غذا کے ساتھ اور پانی زائد مقدار میں ملا کر استعمال کیے جاتے ہیں تو بہت کم مضرت رسان ہوتے ہیں۔

گرم ممالک میں انسان کی زندگی کو بہت سے ترددات و تفکرات کرنے ہوتے ہیں اس لئے گمان ہوتا ہے کہ اگر اعتدال کے ساتھ محض خفیف مقدار میں شراب دن کے کام کے بعد استعمال کی جاوے تو جسم کو آرام ملتا ہے طبیعت ذرا دیر ہوتی ہے جسمانی اور دماغی قوتیں قدرے تیز ہو جاتے ہیں اور ہاضمہ بڑھتا ہے جن یورپین اصحاب کو ہندوستان میں رہنے کا زیادہ اتفاق ہوتا ہے۔ ان کے لئے خفیف مقدار میں شراب مفید ہوتی ہے۔

۸۔ تمباکو۔ تمباکو کا استعمال انسان کی جسمانی حالت پر منحصر ہے۔ نوجوانوں کے لئے بکفایت مضر ہوتی ہے کیونکہ اس سے نشوونما کا مادہ رکتا ہے۔

بڑوں کے لئے ضروری نہیں ہے بعض بعض کو اس کا استعمال مفید بھی ہوتا ہے اور اعصابی حصہ کے لئے مسکن ہوتا ہے اعتدال کے ساتھ تمباکو کا استعمال چنداں مضر نہیں ہوتا بھوک میں تسکین اور طبیعت میں تفریح پیدا کرتی ہے کثرت استعمال یقیناً مضر ہے اور خاص کر نوجوانوں کے لئے بدرجہ غایت مضر ہے جنکے دل پر اسکا خاص طور پر اثر ہوتا ہے۔

تمباکو پینے کا بہترین وقت کھانا کھانے کے بعد کا ہے اور اس وقت

زیادہ لطف بھی دیتی ہے اور نقصان بھی بہت کم کرتی ہے۔ کام کرتے وقت تمباکو پینا مناسب نہین ہے۔

جسمانی ورزش یا محنت کے کام کرنے سے پہلے بھی پینا مضر ہے۔

۷۔ ورزش | ورزش باقاعدہ اور روزانہ وقت مقررہ پر کرنی چاہئے اعضاء رئیسہ یعنی دل و دماغ جگر قوی اور چست ہوتے ہین۔ دوران خون تیز ہوکر تمام اعضا مین خون زیادہ ہوجاتا ہے۔ تنفس کی حرکات تیز ہوجانے سے اکسیجن Oxygen زیادہ جذب ہوتی ہے۔ اور کاربونک ایسیڈ گیس carbonic acid gas زیادہ خارج ہوتی ہے۔ جلد کا فعل زیادہ ہوتا ہے دیگر فضلات جسم مثلاً۔ پسینہ بول و براز وغیرہ بھی ٹھیک طور پر خارج ہوتے ہین۔ اعصاب مضبوط ہوکر جسم مین طاقت اور پھرتی آتی ہے۔ غذا اچھی طرح ہضم ہوتی اور بھوک خوب لگتی ہے۔ طبیعت مین ہمت اور چستی آتی ہے۔ غذا کے شکم مین داخل ہونے کے ساتھ اعضاء ہاضم کو زیادہ مقدار مین خون پہونچتا ہے اور جسم کے دوسرے حصون کو چھوڑکر معدہ کی طرف فوراً پہونچتا ہے۔ اس لئے کھانے کے بعد ہی فوراً کوئی کام یا سخت قسم کی جسمانی ورزش مین مشغول نہ ہونا چاہیئے۔ مناسب یہ ہے کہ کھانے کے بعد کچھ دیر تک معدہ کو آرام کرنے کے لئے مہلت دی جائے لیکن تندرست لوگ علاوہ سخت محنت کے کامون کے دوسرے کام کھانے کے بعد کرسکتے ہین۔ جب غذا معدہ کے اندر پہونچکر ہضم کرنے والے اعضاء کے

سپردگی میں آجاتی ہے تو ایک قسم کا آرام محسوس ہوتا ہے اور طبیعت
میں چستی اور ہمت و تازگی آجاتی ہے۔ حالت تکان میں ہرگز پورا
کھانا نہ کھایا جائے اس وقت ہضم کرنے والے اعضاء حالت
سکون میں رہتے ہیں۔

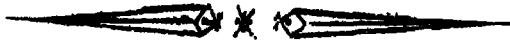
۸۔ آرام — اسطرح بقائے صحت کیلئے مناسب ورزش ضروری ہے اسیطرح آرام بھی ایک خاص
مقدار میں نہایت ضروری ہے تاکہ تھکی ہوئی اعصاب دماغ اور دیگر اعصاب کو راحت پہونچے
اور قوت جو صرف ہوئی ہے اسکی تلافی ہوجائے یہ نیند سے حاصل
ہوتا ہے جسکی مقدار انسان کی عمر اور اس کی جسمانی حالت پر منحصر
ہوتی ہے بچوں کو بوڑھوں کی بہ نسبت زیادہ نیند کی ضرورت ہوتی ہے
بچوں کو جس مقدار میں نیند کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس کا نقشہ ذیل
میں درج کیا جاتا ہے۔

چار سے	۷	برس	تک	کے بچے کو		۱۲ گھنٹہ
۷	"	۹	"	"	"	" ۱۱ "
۹	"	۱۲	"	"	"	" ۱۰½ "
۱۲	"	۱۴	"	"	"	۹ سے ۱۰ گھنٹہ
۱۴	"	۱۸	"	"	"	۹ گھنٹہ
۱۸	"	۲۱	"	"	جوانوں کے لئے	۸ سے ۸½ گھنٹہ

۲۱ برس کا شخص مرد ہو یا عورت سن تمیز کو پہونچ جاتا ہے اور بعض دماغی

کام کرنے والے لوگ ۲۴ گھنٹہ مین پانچ سے چھ گھنٹہ تک سوتے ہین گرم ممالک مین عموماً شب کے وقت شور وغل ہوا کرتا ہے اس لئے سونے کا کمرہ ہوادار اور روشن اور آرام کا ہونا چاہیئے۔

چھ باتین مثلاً صفائی مکان۔ صفای جسم۔ مناسب لباس عمدہ غذا کافی ورزش۔ اور نیند بقاے صحت کے لوازمات ہین اسی طرح ان کے ضد گندہ مکان۔ غیر موزون لباس۔ خراب غذا بیکار بیٹھے رہنا۔ ہاتھ پاؤن نہ ہلانا۔ تھوڑی نیند ضرر صحت کے اصحاب ہین۔

یہ بات قابل یاد رکھنے کے ہے کہ جو لوگ تدابیر حفظ ما تقدم کی پرواہ نھین کرتے اور اس پر عمل کرنے سے غفلت کرتے ہین وہ متعدی امراض کے جراثیم قبول کر لینے سے محفوظ نہین ہوجاتے بلکہ اگر کسی شخص مین ایسا مادہ ہوا کہ اس کی طبیعت جراثیم پر غالب نہ آسکی تو یقیناً ایسا شخص محفوظ نھین رہ سکتا اور علی الخصوص وہ شخص کہ جس کو گرم و سرد ممالک مین سخت محنت کرنے کی ضرورت پڑتی رہتی ہو۔

باب بست ویکم

مرض سے افاقہ کے بعد کا زمانہ

نرس کو اپنی قابلیت کے اظہار کے لئے اوس زمانہ افاقہ مین جو مرض
کے دور ہونے کے بعد ہوتا ہے بڑا موقع ملتا ہے۔ مریض کے دل اور اوسکے
جسم مین علالت کے بعد تکان آجاتی ہے ضعف ونقاہت لاحق ہوتی
ہے۔ ہاتھ پاؤن مین طاقت اور گئی ہوئی قوت کے واپس لانے کے
لئے پے در پے احتیاط اور دور اندیشی کی ضرورت ہوتی ہے۔ چنانچہ
ذیل کی باتین سخت توجہ کی محتاج ہین۔

(۱) غذا

(۲) لباس

(۳) آرام

(۴) مریض کی دلبستگی۔

۱۔ غذا - جدید علالتون کے بعد اچھے ہوجانے پر مریض کو بہ نسبت
تندرست حالت کے زیادہ غذا کی ضرورت ہوتی ہے نہ اس خیال سے
کہ جسم کا وزن ایک خاص میعاد پر پہونچ جاسے بلکہ دیکھنا یہ ہے کہ واقعی

جسم وزن مین بڑھ گیا ہے۔ بیماری کے بعد ہاضمہ کی حالت بہی کمزور
ہوتی ہے اس لئے غذا ایسی ہونی چاہیئے کہ جلد ہضم ہو جائے۔ ہر تین
تین یا چار چار گھنٹہ کے بعد یخنی، دودھ، پڈنگ، Pudding ڈبل روٹی
مکھن، اور اسی قسم کی زود ہضم غذائین مریض کو دی جائیں۔ ثقیل اور
بطی الہضم غذاؤں سے قطعی پرہیز ہونا چاہیئے کہانون کے درمیان
وقفہ زیادہ طویل ہونا مناسب نہین ہے کیونکہ تکان بہت جلد آجاتی
ہے اور بار بار بہی کہاتے نہین رہنا چاہیے بیف ٹی Beef-tea اور
آراروٹ Arrowroot مین چونکہ غذائیت بہت کم ہوتی ہے اس لئے زمانہ افاقہ مین
یہ چیزین دینے کیلئے موزون نہین ہوتین یاد رکھو کہ بیف ٹی Beef-tea غذا نہین ہے
بلکہ محرک ہے۔ اسکے متعلق ڈاکٹر "مسٹر فوردگل" صاحب فرماتے ہین۔
بیف ٹی Beef-tea مین غذائیت محض برائے نام ہوتی ہے البتہ اسمین ملاکر خورا کی
اشیا مثلاً سفوف بسکٹ Biscuit بھنا ہوا آٹا یا دیگر اقسام کی پکی ہوئی غذا مین کھلانے
کے لیے بیف ٹی Beef-tea بہت موزون ہوتی ہے ہزارون مریض بیچارے
بھوک کے مارے بدرجہ غایت نحیف و زار مثل ایک بھبکتی ہوئی آگ کے
صرف بیف ٹی Beef-tea کی غلط فہمی کی وجہ سے ہو جاتے ہین

۲ - لباس | بیماری سے اُٹھے ہوئے مریضون کا لباس آرام دہ اور
گرم ہونا ضروری ہے۔ ورنہ سردی لگ گئی تو صحت تامہ کے حاصل
ہونے مین نہ صرف توقف کا احتمال ہوگا بلکہ مرض کے پھر عود کرانے کا
اندیشہ ہوگا۔ ہاتھون اور ٹانگون کی حفاظت خاص طور پر ہونی چاہیئے

اور تا وقتیکہ مریض اس قابل نہ ہوجاے کہ کچھ ورزش وغیرہ کرلے۔ اُس وقت تک کالرا بلٹ Cholera belt ضرور استعمال کیجائے۔

۳۔ آرام | نرس کو ہمیشہ یاد رکھنا چاہیئے کہ جب کوئی مریض ہر وقت بستر پر پڑا رہتا ہے تو اس کا پڑا رہنا بمنزلہ آرام لینے کے ہوتا ہے۔ شب مین کم از کم نو یا دس گھنٹہ ضرور آرام کرنا چاہیئے اور دن کے کھانے کے بعد ایک گھنٹہ قیلولہ کرنا ہمیشہ مفید ہوتا ہے۔

۴۔ مریض کی دلبستگی | بیماری کے بعد مریض کو تفریح کی ضرورت ہوتی ہے بعض اوقات یہ آسان نہیں ہوتا اس لئے کہ علالت سے اُٹھنے کے بعد مریض اکثر چڑچڑا اور جھگڑالو ہوجاتا ہے۔

جدت | مریض کے افاقہ کے زمانہ کے بعد اکثر جدت سے کلفت دور ہوتی ہے اور صحت کامل جلد حاصل ہوتی ہے۔ متعدی امراض کا مریض جب رو بہ صحت ہو رہا ہے اور زیادہ عرصہ تک تنہائی مین رہا ہے تو اوس کو خفیف سی تبدیلی سے ہی دلچسپی ہوتی ہے مثلاً نرس کی پوشاک مین مصنوعی ریشمی پھول کا لگانا یا کچھ اور تھوڑی اسی قسم کی تبدیلی کرنا یا کمرہ کے فرنیچر کو اِدھر سے اُدھر کر دینا یا دیوارون کی تصویرین تبدیل کر دینا۔

بعض اوقات مریض کی حالت مین سکون ہوجاتا ہے اور ترقی مسدود ہوجاتی ہے۔ اس وقت نئی بات کی ضرورت ہوتی ہے۔ اور اگر تمام نظارہ تبدیل نہین ہوسکتا تو صرف کھانے کے وقت ایک کمرے سے

دوسرے کمرے مین لے جانا مریض کو روبہ صحت کرنے مین معاون ہوتا ہے
بعض بیماریان ایسی ہین کہ ان مین افاقہ ہونے کی حالت مین بھی
خطرہ ہوتا ہے مثلاً ٹمائی فائیڈ فیور Typhoid fever یعنی تپ محرقہ
لبطنی،، اگر ذرا بھی غذا مین بے اعتدالی ہوجاے تو مرض پھر عود کر آتا ہے
اور مھلک انجام کا اندیشہ ہوتا ہے - اس لئے اس مرض کے مریضون
کی غذا مین بہت احتیاط کی ضرورت ہے اور وہی غذائین دی جائین
جن کو ڈاکٹر نے تجویز کیا ہو - اسکارلٹ فیور Scarle . fever
کے بعد گردہ کے امراض کا خطرہ ہوجاتا ہے - اس لئے ایسے مریض کا
لباس اونی ہونا چاہیئے تاکہ ٹھنڈ سے پوری حفاظت رہے - ہر تیسرے
یا چوتھے دن قارورہ کی طبی جانچ ہونی چاہیئے اور استسقا کی علامات
مین سے اگر کوئی علامت بھی مثلاً سوجن اور آنکھون پر ورم یا اور کسی
اعضاء پر ورم ہونا معلوم ہوجاے تو فوراً ڈاکٹر سے رجوع کرنا چاہیئے -
وبای خناق کے بعد بعض مریضون کے حلق کے اعصاب سلب
ہوجاتے ہین اس لئے معلوم کرتے رہنے کی ضرورت ہوتی ہے کہ لقمہ نگلنے مین
مریض کو کچھ تکلیف تو نہین ہوتی - غذا یا پانی کا غلط راستہ سے اترنا اس
قسم کے فالج کی ابتدای علامت ہے اور ڈاکٹر کو فوراً اطلاع کیجاے -
زمانہ افاقہ مین جو کوئی حصہ عضو کا ماؤف ہوجاتا ہو اس سے اصلی مرض کی تشخیص کرنے
مین آسانی ہوتی ہے مثلاً اگر پھیپھڑہ یا حلق مین کوئی شکایت پیدا ہوگئی ہو تو فوراً
اوسکی حفاظت سردی سے کیجاے اگر کھانا ہضم نہین ہوتا تو سمجھنا چاہئے کہ غذا اصلاح طلب ہے

باب بست و دوم

عمل جراحی کے قبل اور ما بعد نرس کو کیا کرنا چاہیئے

ہندوستان مین بڑے بڑے عمل جراحی کے وقت ڈاکٹرون کی امداد کے لیئے عطائی نرسین ہوا کرتی ہین جن کے فرائض قبل اپریشن کے تین قسم کے ہوتے ہین۔

۱ - کمرہ کی تیاری۔
۲ - مریض کی تیاری۔
۳ - نرس کی تیاری۔

حسب ہدایت مندرجہ باب اول کمرہ کی صفائی پورے طور پر کرنے کے بعد اشیاء ذیل کو بہم پہونچانا اور سلیقہ کے ساتھ رکھنا نرس کے خاص فرائض مین سے ہے۔

۱ - اپریشن Operation کی میز۔
۲ - پلنگ
۳ - مرہم پٹی کی میز۔
۴ - واقعہ دھونے کا سامان مع اسٹینڈ Stand

۵- آلات رکھنے کی میز-

۶- صاف کرنے کے سامان کی میز-

۷- اسٹریلایزر Steriliser کرنے کا آلہ-

۸- محذر ادویہ کی میز-

ایک میز قریباً چھ فٹ لانبی دو فٹ چوڑی اور دو فٹ چار انچھ اونچی مریض کے لیٹنے کے لئے اپریشن Operation کے وقت ہونی چاہیئے - معمولی باورچیخانہ کی میز اس کام کے لیے بہت موزون ہوگی-

چار چھوٹی چھوٹی مربع میز یا تپائیان ہونی چاہئین ایک میز پر پانی کا ظرف جسمین زخم دھونے کے لئے اسپنج روی وغیرہ ہون گے ایک پر اوزار ایک پر حذر پیدا کرنے یعنی سُن کرنے کا سامان اور ایک پر مرہم پٹی کا سامان - ان میزون کو کپڑا نم کرکے اچھی طرح پونچھ کر صاف کر لینا چاہیئے اور خشک ہو جانے پر سفید چادرین یا تولیہ اُن پر ڈال دینا چاہیئے-

دو کرسیان جن کی نشست بید یا تختون کی ہو مثل میزون کے گرد و غبار سے صاف ہونی چاہئین ایک کرسی ڈاکٹر محذرات اور دوسری بشرط ضرورت عمل جراحی کرنے والے ڈاکٹر کے بیٹھنے کے لئے ہو قبل چیر پھاڑ کرنے کے ہاتھ دھونے کے لیے ایک واش اسٹنڈ Wash-stand ہونا چاہیئے جس پر پانی کا ایک ظرف رکھا ہو پانی مین بقدار ۱ و ۱۰۰۰ پانی سیوڈ ائیڈ آف مرکری Biniodide of mercury

ملا ہو اس سے ہاتھ دھونے کے بعد طبی لحاظ سے پورے طور پر ہاتھ کی کثافت وغیرہ دور ہو جاتی ہے۔

ناخون صاف کرنے کا برش ہونا چاہیئے جو نیا یوڈائڈ آف مرکیوری Biniodide of mercury ملے ہوئے پانی مین گرم کر لیا گیا ہو یا غوطہ دے لیا گیا ہو۔

ایک تکیہ صابون۔

دو صاف کمل اور ایک چادر میز پر بچھانے کے لئے جسپر مریض لٹایا جائیگا ایک درجن صاف دھلے ہوئے تولیے جدید نہ ہون دو پلیٹ ایک اوزارون کے نیچے جو قریباً بارہ انچھ چوڑی ہو اور ایک چھ انچھ چوڑی جس مین پٹی اور ٹانکے لگانے کا سامان رکھا جائے گا۔ اس کے لئے گوشت کی پلیٹین بھی کافی ہوتی ہین اگر خاص قسم کے ظروف دستیاب نہ ہوسکین تو معمولی قسم کے ہاتھ دھونے والے پیالے کافی ہوتے ہین۔

تین پیالے ہون۔ ایک مین ہاتھون کے لیے لوشن اور دو پیالون مین دھونے کے لئے سامان ہونا چاہیئے۔

ان پلیٹون اور پیالون کو قبل استعمال کرنے کے اچھی طرح گرم پانی سے دھو لینا چاہیئے اور میز پر اولٹ کر رکھدئے جائین اور اوپر سے ایک تولیا ڈھانک دیا جائے تاکہ گرد و غبار سے محفوظ رہین۔ جسوقت استعمال کرنا ہو اوسوقت پھر گرم پانی مین جوش دے لئے جائین۔ یا اگر پہلے گرم کر کے خشک کر لیے گئے ہون تو قدرے اسپرٹ Sp rit جلا کر صاف کر لینا مناسب ہے

تین گیلن جوش دیا ہوا ٹھنڈا پانی موجود ہونا چاہیئے۔ علاوہ اس کے
قبل اپریشن کے دو کنسٹر گرم پانی تیار رہنا چاہیئے علاوہ ان دو کنسٹروں
کے اور بھی گرم پانی کا انتظام رہنا چاہیئے تاکہ ختم ہو جانے کے بعد دقت
نہ ہو۔ جن ظروف مین یہ پانی رکھے ہون اُن کے منہ پر کپڑا بندھا ہوا
ہونا ضروری ہے۔

ایک ٹپ یا بڑی بالٹی بھی مریض کی چوکی کے قریب ہونی چاہیئے
تاکہ کثیف پانی اسمین جمع ہوتا رہے۔

بستر و پلنگ پورے طور پر صاف ہو گدے کو جھٹک کر بچھایا گیا ہو
اور اوپر ایک صاف چادر بچھی ہو۔ اور ایک موم جامہ چادر کے اوپر پڑا ہو
گرم پانی کی بوتل بھری ہوئی موجود ہو اور اوسپر فلالین منڈھی ہوئی
ہو تاکہ ہاتھ یا پاؤن مین اگر لگانے کی ضرورت ہو تو مریض جلنے نہ پائے
اور خاص احتیاط کی جاوے کہ بوتلون کے آہنی کاگ برہنہ نہ ہون۔

۲۔ مریض کی تیاری | اپریشن چھوٹا ہو یا بڑا۔ مریض کو تیار کرنے کی ضرورت
ہوتی ہے اور اس تیاری مین ذیل کی باتین شامل ہین۔ مریض کا بستر
مین آرام کرنا۔ مریض کی سانس حرارت اور نبض کی رپورٹ کرنا۔ مریض
کا عمل اصلاح اور غسل کرنا اور اپریشن والی جگہ کے اوپر جلد کو جراحی کی
رو سے صاف کرنا۔

علاوہ اس کے امعاء۔ مثانہ اور مریض کے لباس کا بھی لحاظ ضروری ہے
اور ڈاکٹر کو اغلباً قارورہ کی بھی امتحان کے واسطے ضرورت پڑیگی۔ اس لیے

قدرے قارورہ علیحدہ رکھ لینا چاہیئے تین چار گھنٹہ اپریشن کے قبل کوئی
بھاری خوراک نہ کھانی چاہیئے۔

استراحت اگر ممکن ہو تو مریض کو قبل اپریشن کے چوبیس گھنٹہ تک
آرام دینا چاہیئے۔ شکم مین اپریشن کرنا ہو تو یہ آرام کا وقت کم از کم دو
یا تین دن تک ہونا چاہیئے۔ تاکہ اعصاب حالت سکون مین اور امعاء
اچھی طرح صاف ہو جائین۔ بعض حالتون مین اس سے بھی زیادہ
مریض کو آرام دینا مناسب ہے۔

نبض جہانتک ممکن ہو اپریشن کے قبل مریض کی نبض کی رفتار
اور نوعیت کو ہوشیاری کے ساتھ بغور نوٹ کر لینا چاہیئے۔ اور دن مین
دو بار نقشہ مین اسکا تواتر درج کر لینا چاہیئے۔ ایسا کرنا نہایت ہی ضروری
ہے۔ بعض نرسین قبل اپریشن کے نبض کی کیفیت کو نوٹ کرنے مین
غفلت کرتی ہین۔ حالانکہ یہ ممکن ہے کہ اپریشن کے قبل نبض کی رفتار
اصلی سے تیز یا سست ہو گئی ہو۔ اپریشن کے بعد نبض کی رفتار علی حالہ
رہی ہے اسواسطے ڈاکٹر کو اوس خاص مریض کی نبض کی اصلی حالت کا
اوس سے موازنہ کرنے مین دقت واقع ہوتی ہے۔

تنفس مثل نبض کے تنفس کی کیفیت بھی نقشہ مین درج کرنی چاہیئے

ٹمپریچر اگر ڈاکٹر نے زائد بار ٹمپریچر لینے کی ہدایت نہ کی ہو تو دن مین
دو بار ضرور ٹمپریچر لیا جائے اور نقشہ مین درج کیا جاسے۔ جو کیفیت و امور
ضروری تنفس اور نبض کے بارہ مین بتلا دیئے گئے ہین وہ ہی ٹمپریچر کے

لینے پر بھی عاید ہوتے ہین۔

منہ | اپریشن کے قبل منہ اور دانتون کی کیفیت کو بھی دیکھ لینا ضروری ہے اگر دانت سڑ گیا ہے اور وقت کافی ہے تو کسی دندان ساز ڈاکٹر کو دکھالیا جاے۔ کیونکہ اپریشن کرنے کے بعد بعض صورتون مین پایا گیا ہے کہ منہ کی کثافت کی وجہ سے "سپٹک نمونیا" Septic Pneumonia کی بیماری ہو جاتی ہے۔

مریض کو چاہیئے کہ اپنے منہ اور دانتون کو کسی سفید منجن سے صاف کرے اگر وہ اسقدر کمزور ہے کہ اپنے ہاتھون سے صاف نہین کر سکتا تو نرس کو چاہیئے کہ وہ کسی عمدہ اینٹی سپٹک Antiseptic کے ساتھ صاف کر دے مثلاً گلائی کوتھای مولائن Glycothymoline اور روی کے چھوٹے چھوٹے پھوون پر ڈالکر اور چمٹی سے پکڑ کر لگا دیا جاے

قارورہ | بڑے اپریشن کے قبل قارورہ کی طبی جانچ کر لینی چاہیئے۔ بعض امراض جنکا پتہ قارورہ سے چلتا ہو اُن مین اپریشن کرنا خطرناک ہو۔

غسل | اگر ڈاکٹر مناسب سمجھے تو اپریشن سے ایک دن پیشتر سہ پہر کے وقت مریض کو گرم پانی سے غسل کرا دینا چاہیئے۔

لباس | مریض کا لباس سوتی کپڑون کا ہونا چاہیئے اور ہلکے گرم ملبوسات موجود رہنے چاہئین۔ تاکہ جو اعضاء کھلے ہوئے ہون اُن پر ڈالدیئے جائین اور مریض کو سردی نہ معلوم ہو۔

غذا | اپریشن سے چار گھنٹہ پہلے مریض کو ایک پیالی چاء اور ایک چھوٹا

ٹوسٹ Toast مکھن کے ساتھ کھلا دینا چاہیئے۔

۱۴۔ نرس کی تیاری | نرس کو بالکل تندرست ہونا چاہیئے۔ کسی قسم کی کوئی شکایت معمولی سے معمولی بھی از قسم زکام یا کھانسی یا انگلیوں مین پھنسی یا زخم وغیرہ نہ ہو۔

آستینوں کو کہنی تک چڑھا لینا چاہیئے اور آگے کی جانب ایک رومال دونوں ٹانگوں پر کمر سے لیکر گھٹنوں کے نیچے تک بندھا ہونا چاہیئے انگلیوں سے سب انگوٹھیاں خواہ کوئی انگوٹھی اس کی شادی ہی کی کیوں نہ ہو اُتار دینی چاہیئے۔

اپریشن والے کمرے مین داخل ہونے کیساتھ اسکو اپنے کوٹ اُتار دینا چاہیئے اور آستینوں کو موڑ کر کہنی تک کر لینا چاہیئے۔ ہاتھوں کو صابون سے کہنیوں تک اور ناخونوں کو برش سے اگر ممکن ہو تو بہتے ہوئے پانی مین صاف کر لینا چاہیئے۔

ان سب تیاریوں کے بعد اسکو ایک لانبا کوٹ پہن لینا چاہیئے تاکہ آگے پیچھے سے تمام کپڑے ڈھک جائین اور اس کے پہننے کے بعد ایک بار پھر اپنے ہاتھوں کو کہنیوں تک مثل سابق دھو ڈالنا چاہیئے

ہاتھوں کی حفاظت | نرس کو لازم ہے کہ اپنے ناخون ترشواے جو برش سے بآسانی صاف ہوسکین اور میل کچیل نہ رہنے پاوے۔

یہ بڑی زبون عادت ہے کہ ناخون ترشوائے نہ جائین اور جب اپریشن کا وقت آئے تو اس کے کچھ پہلے کسی باریک سلای سے ناخون کا میل

صاف کیا جائے۔ ہاتھون کا خشک اور صاف رہنا ضروری ہے اور یہ جب ہی ممکن ہے کہ جب دہونے کے بعد سعا خشک کریلیے جائین اور کسیقدر گلسیرین Glycerine ہاتھون مین مل لینا مناسب ہوتا ہے۔
انگلیان پیپ اور مواد وغیرہ سے آلودہ نہ ہونے پائین آلودہ پٹی وغیرہ کو چمٹے سے پکڑ کر دور پھینک دینا چاہیئے۔ اپریشن روم مین داخل ہونے کیساتھ قبل اس کے کہ نرس کسی اوزار وغیرہ کو ہاتھ لگائے اوسکو لازم ہے کہ پورے تین منٹ تک گھڑی سے دیکھکر اپنے ہاتھون کو اچھی طرح دہوئے۔ ہاتھون اور بازو کے اگلے حصے کو جوش کھایا ہوا تیل برش یعنی ناخونون کے برش کے ساتھ Nail Brush اچھی طرح سے رگڑنا چاہیئے۔ یہانتک کہ صابن کا خاصہ جھاگ اوٹھ آئے۔ پانی گرم اور کافی مقدار مین استعمال کیا جائے۔ اور خاص توجہ ناخونون اور اونگلیون کی بیچ کی جگہہ مین دی جائے۔
دہونے کے بعد اسٹرے لایزڈ Sterelise شدہ تولیے سے خشک کر لینا چاہیئے جو کہ پھر دوبارہ اسی کام کے لیے استعمال نہ کیا جائے اگر ہاتھون کو کسی دافع کثافت دوا سے دھو لیا ہے یا ہاتھون پر ربڑ کے دستانے پہنے ہین تو اسطرح خشک کرنے کی چندان ضرورت نہین۔

"عام قواعد"

تا وقتیکہ کوئی چیز اسٹرے لایزڈ (جوش دینا) نہ کری جائے اسوقت تک

تک طبی لحاظ سے صاف نہ سمجھنا چاہیئے اور جب کوئی ایسی غیر صاف شدہ چیز چھونے کی نوبت آئے تو ہاتھون کو دھو لینا ضروری ہے۔

اور آل overall یعنی نرسون کا اوپر کا چوغہ جب صندوق سے باہر نکالا گیا ہو تو ہاتھون یا اسٹریلایز کرنے والی اشیاء سے لگنے کیساتھ جراحی کی روسے غیر صاف تصور ہوگا۔ اگر کسی نرس کو زخم دہونا ہو تو اُسکو احتیاط رکھنی چاہیئے کہ انگلیون سے زخم نہ چھو جاے۔ اور روئی کے پھاے کو ہاتھ سے مضبوط پکڑے رکھے تاکہ روئی کا وہ حصہ جو اُنگلیون سے چھو گیا ہے زخم کے ساتھ نہ لگ جاے۔

اپریشن کے بعد والے فرایض

اپریشن کے بعد کمرے کی صفائی اپریشن ہو جانے کے بعد اور قبل اس کے کہ مریض کے ہوش و حواس درست ہون نرس کو لازم ہے کہ آلایش لگی ہوئی پٹیان اپریشن ٹیبل اور جراحی کے اوزارون کو فوراً اٹھا لے اور کمرہ کے اندر صرف دو میز رہنے دے۔ ایک میز پر مرہم پٹی کا سامان رہے اور دوسری میز نرس کے لیئے ہو۔ اور ایک آرام کرسی اور ایک صوفا Sofa اور ایک ٹوٹنگ دار پلنگ شب مین نرس کے سونے کیلئے رکھ دیا جاے اور اوس نرس کو شب مین وہان رہنا بہت ضروری ہے ایک لیمپ جھالر دار رہنا چاہیئے تاکہ نرس اپنی رپورٹون کو بغیر مریض کے بے چین کیئے لکھ پڑھ سکے۔

اور کمرے کے اندر کسی قسم کا شور یا آواز نہ ہو تا کہ مخدرا دویہ کا
اثر زائل ہونے کے بعد مریض دیر تک آرام کیساتھ کچھ سو لے تاوقتیکہ
ڈاکٹر اجازت نہ دے اُس وقت تک احباب اور دوستون کو مریض
کے پاس نہ آنے دے اور نہ مریض کو کسی وقت تنہا چھوڑے ۔ اگر
کسی وقت ضرورت ہو تو گھنٹی بجا کر دوسرون کو امداد کیلئے بلائے

اوزارون کی صفائی | یہ کام کچھ دیر کے لیے ملتوی کیا جا سکتا ہے
کیونکہ سب سے اول نرس کو مریض کی طرف توجہ دینی ہو گی ۔ اسی اثنا رمین
اگر ڈاکٹر خواہش کرے کہ اوس کے اوزار صاف کر دے جائین تو مناسب
یہ ہے کہ ایک ظرف مین ٹھنڈا پانی بھر کر اوزارون کو بھگو دیا جائے
اور اوپر سے ڈھانک دیا جائے ۔ جب فرصت ملے تو فوراً اون کو
ٹھنڈے پانی سے اچھی طرح دھویا جائے ۔ ترکیب یہ ہے کہ اول
صابون اور سوڈے سے خون کے داغ دور کئے جائین ۔ اسکے بعد
اگر ضرورت ہو تو اونکو پلیٹ پاوڈر سے Plete powder
مالش کر دیا جائے اور پھر اونکو گرم پانی سے دھو کر رگڑا جائے ۔ تمام جوڑ
وغیرہ احتیاط کے ساتھ دیکھ لئے جائین کہ اونمین کسی قسم کی کوئی چیز
تو لگی ہوئی نہین رہی ۔

لائی سول Lysol اوزارون کے دھونے کے لیے ایک نہایت
عمدہ ذریعہ ہے ۔ اسمین ایک قسم کی دہنیت ہوتی ہے اور کثافت کو
دور کرتا ہے اور جلا بھی کرتا ہے ۔

"مریض کی دیکھ بھال"

اپریشن کے بعد جب مریض اپنے پلنگ پر لایا جائے تو اسکو گرم کمبل اوڑھا دینا چاہیئے اور گرم پانی کی بوتلون کو دوبارہ دیکھ لیا جاے کہ اونکا غلاف وغیرہ ٹھیک طور پر ہے۔ ایک بیہوش مریض مین جسم کے جل جانیکا احساس نہین ہوتا اور اس طور کی غفلت کی وجھ سے زخم پیدا ہوجاتے ہین جنکے اچھے ہونے مین کئے ہینے لگ جاتے ہین مریض کا سر نیچا رکھا جاے اور ایک تولیہ اوسکی گردن کے گرد لگا دیا جاے اور ایک چھوٹا سا ظرف ایسے موقع سے رکھ دیا جاے کہ اگر مریض قے کرنا چاہے تو اوسکا لباس اور بستر آلودہ ہونے سے محفوظ رہے۔

اگر شکم یا معدہ مین اپریشن ہوا ہے تو مریض کو متلی اور تناؤ کی شکایت ہوگی۔ اس لیے نرس کو لازم ہے کہ زخم کی دونون جانب پر ہاتھ رکھکر پیٹ کا سہارا دیتی رہے۔ تاکہ ٹانکون پر زیادہ زور نہ پڑے اور اس درد بھی کم ہوجاتا ہے۔ جب متلی بند ہوجاے تو نرس کو لازم ہے کہ کپڑے کو گلیسرین Glycerine اور عرق لیمون مین تر کرکے چمٹے سے پکڑ کر منھ کو اچھی طرح صاف کردے۔

جیسا کہ قبل ازین بیان کیا گیا ہے نرس کو لازم ہے کہ مریض کو اسوقت تک اکیلا نہ چھوڑے جب تک مخدرات کا اثر زائل نہ ہوجائے بعض اوقات مریض ایسے بے چین اور بے خود ہوتے ہین کہ پلنگ

کے نیچے گر جاتے ہین۔

نرس کو لازم ہے کہ حالت بیہوشی مین اگر کچھہ مریض نے کہا ہو تو اوسکا کچھہ خیال نہ کرے اور ہوش مین آنے کے بعد نہ خود مریض سے اور نہ کسی دوسرے سے اوسکا تذکرہ کرے۔

نبض۔ ہر چار چار گھنٹے کے بعد مریض کی نبض کو دیکھتے اور نقشہ مین درج کرتے رہنا چاہیئے اپریشن کے بعد نبض ہی مریض کی حالت کے اندازہ کرنیکا بڑا بھاری ذریعہ ہے اور نرسون کی دانشمندی ہو گی کہ وہ اوقات مناسب پر نبض دیکھنے کی کوشش کرین۔

اپریشن کے بعد ابتدائی بارہ گھنٹہ تک نبض کی رفتار عموماً تیز ہوتی ہے لیکن اسوقت مین بھی ۱۲۰ مرتبہ فی منٹ کے حساب سے زائد نہین ہونی چاہیئے۔ بعدہٗ اگر سب علامات مفید بہ صحت ہین تو گھٹکر فی منٹ ۱۰۰ مرتبہ ہوجاتی ہے اگر رفتار نبض مین کمی نہ ہو بلکہ برابر بڑھتی جائے تو یہ علامت عموماً بری ہوتی ہے یکایک صدمہ پہونچنے یا سیلان خون کی حالت مین بعض اوقات رفتار فی منٹ ۱۴۰ یا کچھہ زاید ہوجاتی ہے اور بعض وقت اسقدر تیز ہوجاتی ہے کہ شمار کرنا دشوار ہوتا ہے۔ زیادتی خون کی حالت مین نبض بہت دھیمی اور کمزور ہوجاتی ہے۔ تپ کی حالت مین نبض کی رفتار بڑھ جاتی ہے اور پریٹونائیٹس Peritonitis (امعاء کی جھلی کا متورم ہوجانا) کے مرض مین اسکی رفتار سرعت کے ساتھہ ایکسو بیس سے بھی زائد ہوجایا کرتی ہے

اور مثل تار کے پتلی اور سخت ہو جاتی ہے۔

حرارت نرس کو لازم ہے کہ ہر چار چار گھنٹے کے بعد مریض کا ٹمپریچر لیتی رہے اور چارٹ میں درج کرتی رہے عام کلیہ یہ ہے کہ بڑے اپریشن کے بعد آٹھ گھنٹے کے اندر اندر حرارت تیز ہو کر ۱۰۰ درجہ تک پہونچ جاتی ہے اور ما بعد کے بارہ گھنٹہ تک اسی طرح بدستور رہتی ہے اور بعد میں گھٹ کر بہ تدریج اصلی حالت پر آجاتی ہے۔

سب نارمل ٹمپریچر (یعنی جب اصلی حالت سے کم درجہ پر ٹمپریچر ہو) تو اوس سے مراد یہ ہے کہ یا تو مریض کو صدمہ پہونچا ہے یا سیلان خون ہوا ہے۔ اگر ٹمپریچر میں سرعت کیساتھ تیزی پیدا ہو اور خاص کر شکم کے اپریشن کے دوسرے دن تو سمجھنا چاہیئے کہ علامات خطرناک ہیں۔ اور اندیشہ پیٹ کے آبدار جھلی کے ورم کر آنے کا ہے۔ متواتر ٹمپریچر کا زیادہ بغیر کسی ظاہری سبب کے امتحان کرنے پر زخموں کے ٹانکوں میں ٹ جانے کی وجہ سے پایا جاتا ہے۔ اور ایسے مریضوں میں جو کہ اور دماغی حالت میں نہایت کمزور ہیں۔ ٹمپریچر چند ایک گھنٹوں جاتا ہے اکثر ایسا ہی ہوتا ہے کہ اجابت ہو جانے پر بخار جاتا رہتا ہے۔

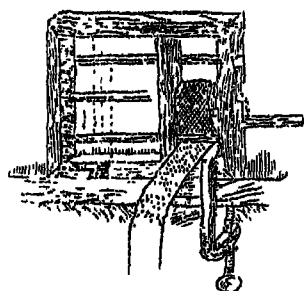
تنفس نرس کو تنفس سے بھی غافل نہ رہنا چاہیئے اسکی رفتار بھی دیکھتی رہے۔ اگر شکم کے اپریشن کے بعد تنفس زیادہ تیز ہو گیا ہے تو اوس سے کنایہ صدمہ یا سیلان خون کی طرف ہے۔ اگر بعد اس کے اسکی رفتار میں

تیزی ہوتو اوس سے مراد عموماً برونکائیٹس Bronchits نمونیا Paeumonia پرٹونائیٹس Peritonitis کی آمد کی ہوتی ہے۔

زبان | شکم مین اپریشن کے بعد ۴۸ گھنٹہ تک عموماً زبان خشک اور بھوری دکھلائی دیتی ہے۔ بعدازان نم اور کسی قدر سفید ہوجانی چاہیئے۔ پیٹ کے اندر کی جھلّی کے ورم کرآنے یا امعا مین کوئی رکاوٹ پیدا ہوجانے پر زبان خشک اور سرخ ہوجاتی ہے اور مثل پھوڑے کے ایک قسم کی چمک آجاتی ہے۔

غذا | معمولی اپریشن کے تین چار گھنٹہ کے بعد چار اونس چا اور دودھ یا گرم دودھ اور پانی دینا چاہیئے۔ مابعد کی غذا اون کا انحصار ڈاکٹر کے ملین دوا دینے پر ہوتا ہے اِن کے قبل سیال غذائین عموماً تجویز کی جاتی ہین امعا اچھی طرح صاف ہوجائین تو مریض کو روٹی و مکھن کیسٹرڈ Custard چوزہ دیا جائے اور بعدازان پھر معمولی غذا دی جائے۔

کروٹ بدلنا | مختلف طریقون سے مریضون کو کروٹ بدلوائی جاتی ہے۔ اونمین سے ایک مفید طریقہ یہ ہے کہ یا تو مریض کے سرہانے ہُک لگا دیا جاتا ہے۔ چھت مین رسی باندہ دی جاتی ہے اور اوسمین ایک لکڑی پندرہ انچھ لانبی اور ایک انچھ موٹی باندہ دی جاتی ہے۔ تاکہ یہ آڑی لٹکتی رہے اور اُس تک مریض کا ہاتھ پہونچ سکے

اس ترکیب سے مریض کو بہت آرام ملتا ہے۔ اور کبھی کبھی ہاتھ سے پکڑ کر اس کے سہارے سے خود کروٹ بدل لیتا ہے یا بیٹھ کر دونوں ہاتھوں کو لکڑی پر رکھ لیتا ہے۔ خاص کر پھیپھڑہ اور قلب کے امراض میں اور نیز ہر بیماری سے اٹھنے کے بعد جب ضعف نقاہت زیادہ ہو اس قسم کے سہارے مریضوں کو بہت آرام دہ اور خوشگوار معلوم ہوتے ہیں۔

نمبر ۹ - پٹی بنانے کی مشین

باب بست و سوم

پٹی باندھنا

پٹی باندھنا بہت مفید چیز ہے اور ان اغراض سے باندھی جاتی ہے۔
(۱) مجروح یا متورم عضو خارجی صدمات سے محفوظ رہے۔
(۲) مجروح عضو کو آرام ملے (۳) ٹوٹی ہوئی ہڈی اپنی جگہہ قایم رہے (۴) زخم اور شریان جس مین سے خون بہہ رہا ہے اُس پر دباؤ پڑے۔ (۵) متورم عضو کے ورم کو کم کرے اور دبائے (۶) مرہم پٹی اور کھپاچین وغیرہ جو زخمون پر یا زخمی اعضا پر لگائی جاتی ہین اُن کو اپنی جگہہ قایم رکھے۔
رول کی ہوئی یعنی لپٹی ہوئی پٹیان ہر قسم کے کپڑون کی مثلاً دسوتی جالی، گزی وغیرہ کی بنی بنائی خریدی جاسکتی ہین۔ ڈبل یا تین یا چار انچہ چوڑی پٹیان بہ آسانی گزی یا لٹھے کی چھہ چھہ گز لانبی بنائی جاسکتی ہین اور بناتے وقت اُن کی کورین دور کردی جائین۔ پٹیان ہاتھون سے یا مشین کے ذریعہ سے رول کی جاتی چاہئین پٹی باندھنے

کے قبل جس مقام پر باندھنی ہو اندازہ کرنے کی ضرورت ہوتی ہے کہ کس قدر دباؤ اس عضو پر پڑنا چاہیئے اور کس قدر کس کر باندھنے کی ضرورت ہوگی تاکہ باندھنے میں اس کا خیال رہے کہ عضو پر دباؤ یکساں پڑے۔ اس غرض کے لئے پٹی کو ہمیشہ لپیٹ کر رکھنی چاہیئے اور اگر یہ پٹی کھل جائے تو معلوم ہوگا کہ اس کا باندھنے والا امیدی ہے۔ جس عضو پر باندھنی ہو اس سے تین یا چار انچ ہٹا کر پٹی ہاتھ میں لی جائے اور انگلی یا انگوٹھے سے اپنی جگہ پر دبائی جائے۔

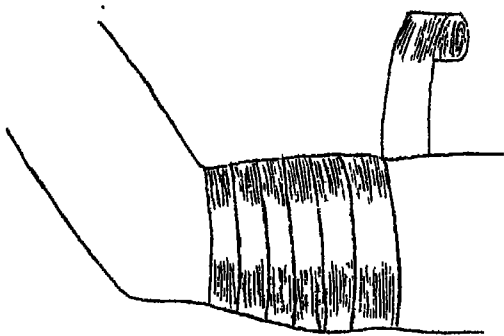
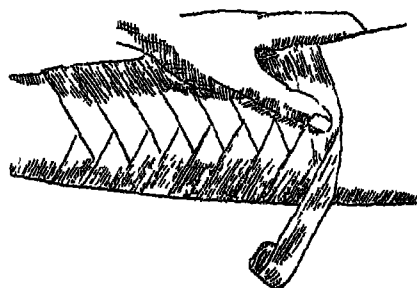
ذیل میں چند عام طریقے پٹی باندھنے کے بتلائے جاتے ہیں جن پر سمجھ کے ساتھ پٹی باندھنے کے لئے عبور حاصل کرنا چاہیئے

(۱) جس عضو پر پٹی باندھنی ہو اس کے سامنے کھڑا ہونا چاہیئے اور عضو کو ٹھیک اصلی جگہ قایم کر دینا چاہیئے۔ اگر ہاتھ میں پٹی باندھنی ہے تو کھنی اسطرح جھکا دی جائے کہ ہاتھ اور انگوٹھا اوپر کی جانب رہے۔

(۲) دیکھ لیا جائے کہ پٹی کی لپیٹ ڈھیلی تو نہیں ہے۔ اگر جدید پٹی ہے اور کارخانے سے بنکر آئی ہے تو لپیٹنے میں آپ اسکو ٹھیک کرنا چاہیئے۔

ڈھیلی پٹی کا کسکر باندھا جانا محال ہے۔

(۳) پٹی کے باہر کا کھلا ہوا حصہ جلد کے ساتھ لگانا چاہیئے کیونکہ وہ اس طور سے بڑی آسانی سے کھلتی جاتی ہے۔

(۴) شروع کے پیچ میں پٹی کا سرا عضو کے آڑے جانب ڈال کر

نمبر۱ - اوپر کے بازو کا سیدھا پیچ دار لپیٹ

نمبر ۱۱۔ الٹا پیچ دار پلیٹ

باندھا جائے۔ اس کے اوپر ایک یا دو اور مضبوط معمولی پیچ لگادئے جائین تاکہ ڈھیلا ہوکر نیچے والا پیچ اپنی جگہہ سے نہ ہٹنے۔

۵۔ ٹانگون مین نیچے سے اوپر کی جانب پٹی باندھی جائے اور نیچے والے پیچون کے بہ نسبت اوپر والے پیچ کسی قدر ڈھیلے ہون اور اوپر کے عضو کی بندش کلائی سے کھنی کی جانب ہونی چاہیئے اور دھڑ کی بندش مین پٹی کا رخ اوپر سے نیچے کی جانب ہونا چاہیئے۔

(۶) اگر کسی سامنے کے عضو مین پٹی باندھی جائے تو اوسکی بندش کا رخ اندر سے باہر کی جانب شروع ہونا چاہیئے۔

(۷) پیچ لگانے مین اس بات کا خیال رہے کہ اوپر والا پیچ اپنے سے نیچے والے پیچ پر ⅔ حصہ چڑھا ہوا ہے۔

(۸) بل دینے مین اس بات کا خیال رہے کہ سب بل ایک دوسرے کے متوازی ہون اور فاصلہ یکسان ہو اور نیچے کے رخ کو لائے جائین۔

(۹) جوڑون پر پٹی باندھتے وقت ایسے طریق سے پیچ لگائے جائین کہ جوڑ کے مقام پر انگریزی ہندسہ (8) کی شکل بن جائے۔

(۱۰) پٹی باندھنے مین احتیاط ضروری ہے کہ جس عضو پر پٹی باندھی جائے۔ بندش یکسان اور دباؤ برابر ہو۔ اگر متورم ٹانگ یا بازو وسط مین کسکر باندھا جائے اور نیچے یا اوپر والے بل ڈھیلے رہ جائین تو اس سے خون کا دوران رک جائیگا اور نقصان پہونچیگا اور کسی ہولی

جگہ کے اوپر یا نیچے زائد ورم ہو جائیگا۔

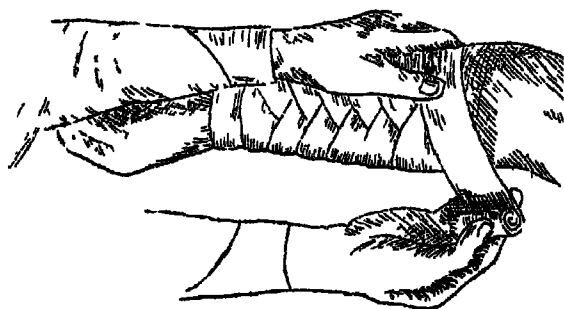
(۱۱) اگر پٹی کھولنے پر سرخ لکیرین جلد پر پڑی ہوئی دکھائی دین۔ تو یہ اس بات کی علامت ہے کہ دباؤ کنارون کے وجہ سے بے قاعدہ پڑا ہے۔

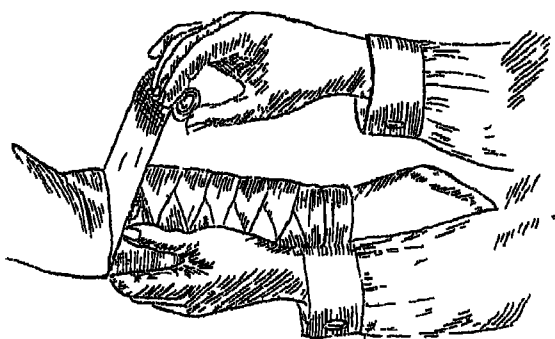
(۱۲) پٹی باندہنے کے بعد آخری سرے مین سیفٹی پن لگا دینی چاہئے سینہ اور شکم مین جو پٹیان باندہی جائین ان مین آلپین لگانے کی ضرورت نہین ہے بلکہ پٹی کے سرے کو نیچے کی لپیٹ مین سوئی سے ٹانگ دینا چاہئے چونکہ سینے کی پٹیان متواتر سانس کی حرکت سے ڈھیلی پڑجاتی ہین اس لئے یہ زیادہ محفوظ رہ سکتی ہین اگر سینے کی پٹی کے مختلف لپیٹون کو سوئی سے سی دیا جائے اور یہ معلوم رہے کہ پشت پر اگر آلپین لگائی جائیگی تو اس سے بہت زیادہ تکلیف پیدا ہونیکا اندیشہ ہے۔

(۱۳) جب تک کہ پہلے پوری طور سے پٹی لپیٹ نہ لی جائے اسکا باندھنا ہرگز شروع نہین کرنا چاہیئے۔

(۱۴) پٹی کھولنا ہو تو اسکو بنڈل کے طور پر جمع کرتے جائین اور عضو کے چارون طرف پھرا کر کھولتے جائین۔

"رول کی ہوئی پٹیون کی بندش کا طریقہ"

ایسی پٹیون کی بندش چار طریقون سے کی جاتی ہے۔

نمبر۱۲۔ بازو کے اگلے حصہ کا الٹا پیچ دار لپیٹ

نمبر۲۔ الٹنا شروع کیا ہے

نمبر ۱۳ - بازو کے اگلے حصہ کا اُلٹا پیچ دار لپیٹ

نمبر ۲ - اُلٹا کیا جا رہا ہے -

(۱) سمپل اسپائرل Simple spiral یعنی سیدھے پیچ والی پٹی۔
(۲) ریورس اسپائرل۔ الٹے پیچون والی پٹی۔
(۳) فیگر آف ایٹ Figure of "8" انگریزی ہندسہ 8 کی شکل کی پٹی۔
(۴) اسپائی کا Spica پٹی۔

(۱) سمپل اسپائرل Simple spiral سیدھی پیچون والی پٹی کو پے در پے پیچون سے عضو کے حصے کے اردگرد اس طور سے باندھا جاتا ہے کہ پٹی کا ہر ایک حصہ پہلے پیچ کے دو تہائی حصہ پر چڑھا ہوا رہے اس طریقہ کی بندش کی ضرورت اُس حالت مین ہوتی ہے کہ جب عضو مجروح کی دبازت یکسان ہوتی ہے۔ مثلاً انگلیون اور کلائی سے ہاتھ کا اوپر کا حصہ۔

۲۔ بل دار پیچ والی پٹی | اس طریقہ کی پٹی کا مدعا یہ ہوتا ہے کہ عضو کے اس حصہ پر جسکی دبازت اپنے حصون مین مختلف ہو مثلاً پنڈلی اُسپر پٹی کی بندش صاف اور یکسان ہو۔ اس کے باندھنے کی ترکیب یہ ہے کہ اول عضو کے اردگرد اسپائرل قسم کے دو پیچ دئے جائین۔ ایک ہاتھ مین نرم دباؤ کے ساتھ پٹی کی پنڈی ہو اور دوسرے ہاتھ کا انگوٹھا پٹی کے نیچے کے حصے کے اوپر ہو اور رخ عضو کے باہر کی جانب ہو اب پٹی کو تین انچہ تک ڈھیلا کرو۔ ہاتھ کے اوپر سے پٹی کو کھول جاؤ اور عضو کے اوپر باندھ دو۔ اُلٹی طرف گھماؤ اور عضو کے نیچے سے

دوسری جانب نکال کرے جاؤ ریورس بنیڈج (یعنی اُلٹی بندش) کے نچلے حصہ کو نیچے والے پیچ کے ساتھ متوازی رکھو اور جون ہی عضو کے باہر کے حصے تک پہونچو پھر دوبارہ پٹی کو الٹا دو - یہ پٹی کا دُہرانا یا الٹانا جہانتک ضروری ہو کرتے جاؤ۔

اس قسم کی بندش بہ نسبت سیدہی بندش کے زیادہ پائدار ہوتی ہے اور اس طریقہ کو عضو پر کھپا چون کے باندھنے کی نسبت زیادہ ترجیح دیجاتی ہے - اسمین خرابی صرف یہ ہوتی ہے کہ بعض اوقات یہ پٹی کھسک جاتی ہے اور لچک دار نہین ہوتی - چنانچہ جوڑون کے اردگرد کے حصے کے لئے بل دار پیچ والی پٹی مناسب نہین ہوتی۔

۳- انگریزی ہندسہ (8) کے شکل والی پٹی | اس کے بل اس طرح پیچ دار بنائے جاتے ہین کہ ہر ایک پیچ انگریزی ہندسہ (8) کی شکل کا بنایا جاتا ہے اور ایک بل دوسرے بل پر تقریباً دو ثلث حصہ چوڑائی پر چڑھا ہوتا ہے۔

کسی حصہ عضو پر مثلاً ہاتھ کی پشت پر انگریزی ہندسہ آٹھ کی پٹی باندہنے کا طریقہ یہ ہے۔

کلائی کے اردگرد پٹی کے دو پیچ لے جاؤ تاکہ پٹی قایم ہو جائے - پھر پٹی کلائی کے انگوٹھے والی جانب سے ہاتھ کی پشت کے اوپر سے نکالکر چھوٹی انگلی کی جڑ تک لے جاؤ پھر ہتھیلی کے اوپر سے ہوتے ہوئے انگلیون کی جڑون مین سے لے جاؤ۔ اوس کے بعد ہاتھ کی پشت کے

اوپر ترچھی لے جاکر کلای کے باہر کی جانب کو نکالو اس کے بعد ہتھیلی کے اوپر سے ہوتے ہوئے اونگلیون کی جڑون مین لے جاؤ اور پھر ترچھے طور پر ہاتھ کی پشت پر سے ہوتے ہوئے چھوٹی اونگلی کی جڑ کی طرف کو لے جاؤ۔ پہلے پیچ کا ایک ثلث حصہ کھلا ہوا چھوڑتے جاؤ پھر اوس کے بعد ہاتھ کی ہتھیلی اور پشت پر سے ہوتے ہوئے کلائی کی طرف لاؤ۔ ان پیچون کو تین مرتبہ دوہراؤ۔ مگر اس بات کا لحاظ رہے کہ بعد کے پیچ ماقبل پیچون کے تیسرے حصہ کو ڈھانکے رکھیں۔ اور پھر آخر مین پٹی کو کلائی کے اردگرد گول پیچ دیکر قائم کردین۔

انگریزی ہندسہ آٹھ کی پٹی خاصکر جوڑون کے قرب وجوار کے حصے مین باندھی جاتی ہے۔ گو یہ کم پائدار ہوتی ہے لیکن اُلٹے پیچ والی پٹی کی بہ نسبت زیادہ لچک دار ہوتی ہے۔

۴۔ اسپایکا پٹی Spica | یہ پٹی ہندسہ انگریزی آٹھ کی ایک ترمیم ہے اس کی بندش مین ایک پیچ چھوٹا اور ایک بڑا ہوتا ہے جوڑون پر دباؤ پہونچانے کے وقت اس قسم کی بندش کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس پٹی کے باندھنے کے دو طریقے ہین۔

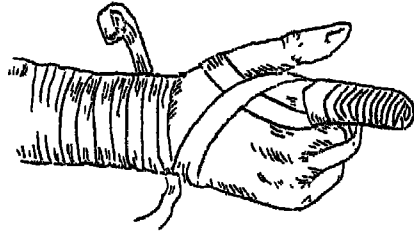
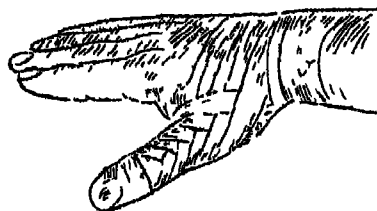
(۱) معمولی اسپائیکا Spica | یہ کندھے اور کوٹھے کے اوپر باندھی جاتی ہے۔

(۲) خم کھانیوالی اسپائیکا Spica | یہ پٹی بڑے بڑے اُبھرے

ہوئے حصوں پر باندھی جاتی ہے مثلاً ایڑی، گھٹنے کے جوڑ کے نیچے کا حصہ اور کہنی"

"جسم کے مختلف حصونکی پٹیاں"

۱- انگلی کی بندش | ½ یا ¾ انچہ چوڑی پٹی یا باریک فیتہ لو اور رول کر کے لپیٹ لو۔ مجروح ہاتھ کو اس طرح رکھو کہ ہتھیلی کا رخ نیچے کی جانب ہو۔ کلائی پر تین چار انچہ پٹی کا حصہ چھوڑ کر پیچ دے جاؤ پٹی ہاتھ کی پشت کے اوپر سے اوس انگلی کی طرف جسپر پٹی باندھنی ہو لے جاؤ اور ایک بڑا پیچ دیکر اونگلی کے اختتام یعنی پور پر لے جاؤ۔ اور پھر اوس انگلی کو پیچ در پیچ پور سے جڑ تک پٹی سے ڈھانک دو۔ ہر ایک پیچ سابقہ پیچ کے ⅔ حصہ پر چڑھا ہوا رہے۔ جونہی انگلی کی جڑ تک ہو پہنچ جاؤ پٹی کو ہاتھ کی پشت سے کلائی کی اندر کی جانب کو لے جاؤ اور وہاں پر پٹی کے اوس حصہ سے باندھ دو جو شروع میں اس کام کے لئے چھوڑا گیا ہو۔ اگر ایک انگلی سے زائد پر پٹی باندھنے کی ضرورت ہو تو ایک پیچ کلائی پر دے دینا چاہیئے۔ قبل اس کے دوسری انگلی شروع کیجائے۔

اگر کئی ایک انگلیاں باندھنی ہوں تو بہ طریق مذکورہ ہر ایک کی بندش کی جائے۔ لیکن ہر انگلی کو شروع کرنے کے قبل پٹی کا لپیٹ کلائی پر ہر مرتبہ پڑنا چاہیئے۔

نمبر ۱۴۱ - انگلی کی بندش

نمبر ۱۵۔ انگوٹھے کا اسپایئکا

۲ - انگوٹھے کی بندش | مثل مذکورہ بالا انگلی کے پٹی یا فیتہ لے لیا جائے ترکیب یہ ہے کہ ہاتھ اس طرح رکھو کہ اوسکی پشت اوپر کو ہو کلائی کے اردگرد دو لپیٹ دو - انگوٹھے کی جڑ سے پٹی کو باندھنا شروع کرو اور انگوٹھے کی جڑ سے اوپر کی طرف لے جاتے ہوئے انگوٹھے اور انگلی انگلی کے بیچ مین لے آؤ اور پہلے جوڑ کو محیط کر دو پٹی ہاتھ کے اوپر سے لائی جائے اور کلائی کے اردگرد لپیٹ دی جائے - اس طریقہ سے کہ پہلے پیچ کا ⅔ حصہ ڈھک جائے اور پھر اوسکو ہاتھ کی پشت پر لے جاؤ اور ان پیچون کو کلائی کے اردگرد دوہراؤ اور انگوٹھے کے اردگرد لپیٹ جاؤ اس طرح کہ دوسرا پیچ پہلے کی نسبت نیچا رہے تاکہ انگوٹھا ڈھک جائے۔

۳ - ہاتھ کی بندش اور کلائی سے کہنی تک کی بندش | ڈھائی انچ چوڑی رول کی ہوئی پٹی لے کر کلائی پر دو بل دو - انگوٹھے کی جڑ سے بندش شروع کیجائے اور رول کی ہوئی پٹی کی پشت پر سے باہر کی طرف لائی جائے پٹی کو اوپر کی طرف لے جاؤ اور ہاتھ کی پشت کی طرف سے ہوتے ہوئے چھوٹی انگلی کی جڑ کی طرف لے جاؤ ہتھیلی کے اوپر سے اسکو لے جاؤ اور ہتھیلی مین کچھ تھوڑی سی روئی رکھدی جاتی ہے - اور پھر پٹی کو انگوٹھے اور انگلی کی جڑ مین لگایا جاوے - پٹی کو ہاتھ کے اوپر سے لے جا کر کلائی کے اندر کی جانب لے جاؤ اور کلائی کو اور ہاتھ کو مثل سابق کے لپیٹ دو مگر اس دفعہ پہلے پیچ اور انگلیون کی جڑونکو لپیٹ دیا جائے

جبکہ ہاتھ ان پیچوں سے کافی طور پر ڈھک جائے تو ہاتھ کے اگلے حصے پر تھوڑے سے اسپائرل پیچ دئے جاتے ہیں یہاں تک کہ عضو کے بڑھنے والی موٹائی کی وجہ سے پے در پے پیچوں کی ضرورت ہوتی ہے اور یہ پیچ بازو کی پشت پر ایک سیدھ میں رہنے چاہئیں جب ہاتھ اس قسم کے بلوں سے ڈھک جائے تو کلائی سے لے کر کہنی تک کی بندش پیچ دار بل دے کر کرنی چاہیئے اور ایسے بل نیچے سے اوپر کی جانب لگائے جائیں۔

۴۔ کہنی کی بندش | پہلے کہنی کو جھکا دو اور ڈیڑھ یا ڈھائی انچ چوڑی یا حسب ضرورت پٹی لو۔ جوڑ کے نیچے دو تین بل پٹی کے دئے جائیں۔ بعد ازاں ایک بل جوڑ کے وسط میں بالکل سیدھا بلا پیچ کے دیا جائے۔ پیچ والے بل کے دینے میں اس بات کی احتیاط کی جائے کہ کہنی کے باہر کی طرف کی نکلی ہوئی ہڈی کے اوپر پٹی کا وسط آ کر پڑے۔ بعد ازاں پٹی کو جوڑ کے اردگرد لے جا کر اندر سے باہر کی طرف آڑے پیچ سے قدرے نیچے رکھ کر ایسا پیچ دیں کہ پیچ والا پیچ بشکل انگریزی ہندسہ "8" بنجائے۔ پیچ کے اوپر کا آدھا حصہ اس طرح پر ختم کیا جائے کہ آڑے پیچ کی نسبت قدرے وہ پیچ اونچا رہے اور جوڑ کے اردگرد آ جائے۔ آڑے پیچ کے اوپر اور نیچے کے پیچوں کو باندھتے چلے جاؤ یہاں تک کہ جوڑ پر کافی طور سے سہارا پہونچ جائے اس قسم کی بندش کی ضرورت اُس وقت ہوتی ہے جبکہ کہنی کو موڑ کر

نمبر ۱۷ - شانہ کا اوپر کی جانب چڑھتا ہوا اسپائیکا

رکھنا ہوتا ہے۔

۵۔ شانے کی بندش | جسم کے مختلف حصوں کی بندش سے اسکی بندش زیادہ دشوار ہوتی ہے اس کی بندشش کے دو طریقے ہین۔

الف۔ نیچے سے اوپر کی جانب چڑھنے والا اسپائیکا۔

ب۔ اوپر سے نیچے کے جانب اُترنے والا اسپائیکا۔

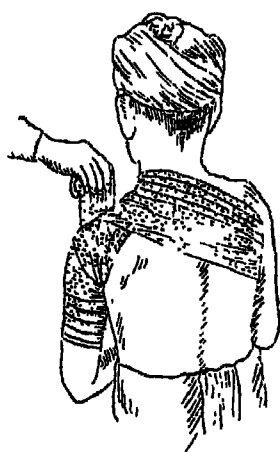
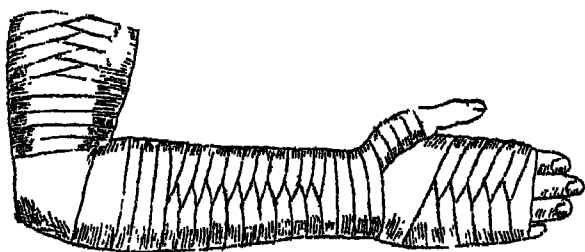
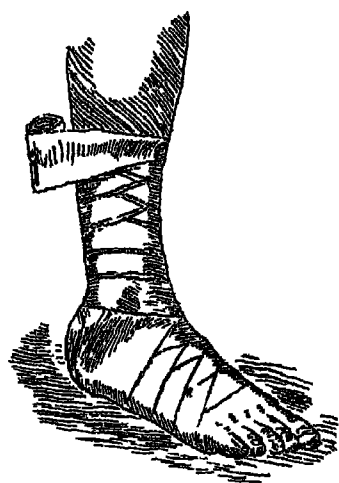
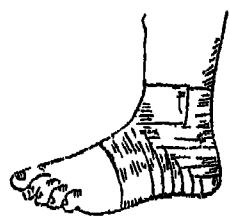
(الف) چڑھنے والے اسپائیکا Spica کی بندش نیچے سے اوپر کی طرف کو کیجاتی ہے۔ ایک رول کی ہوئی پٹی ڈھائی سے تین انچہ تک چوڑی اور کم از کم دس گز لانبی لی جائے اور اوس کا کھلا ہوا حصہ بازو کے اردگرد شانہ سے چار انچہ نیچے اندر سے باہر کی جانب دو لپیٹ دے کر باندھا جائے۔ دونون بغلون مین روئی کی چھوٹی سی گدی لگائی جائے۔ پٹی کو بازو پر لپیٹتے ہوئے شانہ کے پیچھے سے پیٹھ پر لے جائین اور وہان سے دوسری جانب کی بغل مین لیجائین اور وہان سے آگے پیچ کے سینہ پر چڑھتے ہوئے جائے لئے ابتدائی پر پہونچائین پٹی کو بازو کے اردگرد پچھلے پیچ کے نچلے حصے کو آدہ انچہ اوپر سے لپیٹو اور پیچون کو سینے اور پیٹھ کے اوپر سے نکالتے چلے جاؤ جسم اور بازو کو اس طرح پر باندھتے جاؤ اور اس بات کی احتیاط رکھو کہ ہر ایک پیچ پچھلے پیچ سے نصف انچہ اوپر نکلا ہوا رہے۔ یہانتک کہ شانہ ڈھک جائے آخری پیچ کو سینے کے اوپر چند ٹانکون یا سیفٹی پن سے لگا دیا جائے۔ بازو کے اوپر جو بل پڑین گے اُن کی شکل انگریزی اُلٹے ہوئے حرف

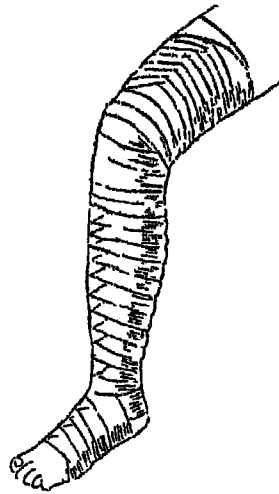
دی دد ۷ "کی ہوگی جھان پر وہ پٹی بند ہے ہوئے بازو کے باہر
کی جانب ایک دوسرے پر آڑے ہوتے ہوئے جائینگے

ب۔ اوپر سے نیچے کے رخ کا اسپائیکا Spiqa | یہ بندش اوپر سے

شروع کیجاتی ہے اور نیچے کی جانب اُترتی آتی ہے ترکیب یہ ہے
کہ پیچ دار بل بغل کی ہمواری مین دئے جائین۔ اور پٹی گردن سے
ملا کر پیٹھ پر ہوتی ہوئی بغل مین گذرتی ہوئی سینے پر پھر اگر شانے پر
لائی جائے پھر اسی طرح اُس جانب کے بازو کے نیچے سے سینے
کے سامنے سے ہوکر اور بازو کے سامنے سے اُس جانب کے بازو
پر لائی جائے جسپر پٹی باندھنی ہو۔ اب بغل کے نیچے اور شانہ کے
اوپر سے پیٹھ کی طرف لیجاؤ لیکن وہ اس مرتبہ پھلے پیچ کی نسبت
قدرے نیچے رہے اور علی ہذ القیاس اسی طرح پر باندھے جاؤ یہانتک
کہ وہ جگہ جھان سے شروع کی گئی تھی پہونچ جائے۔

۶۔ بازو کی بندش | بازو کے بالائی حصہ کی بندشش پیچ داربلون کے
ذریعہ سے کی جاتی ہے اور بل نیچے سے اوپر کی جانب شانے
تک دئے جاتے ہین۔

۷۔ ٹخنے کی بندش | ڈھائی یا تین انچہ چوڑی پٹی لو اور پٹی کا کھلا ہوا سرا
ٹخنے کے اندرونی جانب ہڈی پر رکھو اور پانون کے اندرونی حصہ کی
طرف کو نکالکر چھوٹی انگلی کی جڑ تک لے جاؤ اور وہان سے تلوے
کے نیچے سے نکالکر پانون کے بڑے انگوٹھے کے پاس لے جاؤ

نمبر ۸۱۔ نیچے کی جانب اُترنے والا شانہ کا اسپائیکا

نمبر۱۹ اوپر کے بازو کی بندش

جز۲۔ بندش ٹخنہ بشکل ہندسہ (8)

نمبر ۲۱ - ایڑی کی بندش -

نمبر ۲۲ - پاؤں کی بندش

نمبر ۲۳ - ٹانگ کی بندش

بعدازان اس پٹی کو اوپر سے پھر تلوے کی جانب سے لاکر ٹخنے کی
بیرونی ہڈی پر اس طرح لپیٹا جائے کہ ایڑی پورے طور پر ڈھک جائے
اور پٹی کے ابتدائی سرے پر جما دیا جائے۔

۸ - **ایڑی کی بندش** | رول شدہ پٹی کا کھلا ہوا سرا ٹخنے کے بیرونی
حصہ پر رکھو پٹی کو تلوے کے نیچے سے ہوکر ٹخنے کے اندرونی جانب
لاؤ اور وہان سے پشت پا کو لپیٹتے ہوئے پھر اوسی جگہ لاؤ جہان سے
شروع کیا ہے بعدازان پٹی کو ایڑی کے نکلے ہوئے حصہ پر لپیٹو اور
اس کے بعد پٹی کو پانون کی پشت پر لپیٹو۔ اور پھر پانون کے تلوے مین
سے نکالو لپیٹنے مین اُس پیچ کا جو کہ ایڑی پر ہوکر گذرتا ہے نیچے کا حصہ
ڈھک جائے اس جگہ سے پٹی کو پاؤن کے اوپر کے حصے سے لے
جاؤ اور پھر ایڑی کے اوپر سے ہوتے ہوئے نیچے کو لاؤ اور اس طور پر
بندش کی جائے کہ ایڑی کے اوپر سے ہر ایک پیچ سابقہ پیچ سے ہٹا ہوا ہو
یہانتک کہ وہ حصہ ڈھک جائے ٹانگ کے نیچے کے حصہ کے اردگرد
دو ایک گول پیچ دے کر اوپر سے سیفٹی پن لگا دو۔

۹ - **ٹانگ اور ران کی بندش** | ٹانگ کے نیچے کے حصہ مین اول تین معمولی
سیدھے بل لپیٹے جائین اور جون جون اسکی موٹائی بڑھتی جائے
اسی طرح بلون مین پیچ لگاتے جائین حتی کہ پیچ دار بل کا سلسلہ اوپر تک
رکھا جائے یہان تک کہ پٹی گھٹنے تک پہونچ جائے جب گھٹنے کی
بندش کرنی ہو تو انگریزی ہندسہ (8) کے شکل کی بندش کی جائے

اس کے بعد ران کی بندش بھی مثل ٹانگ کی بندش کے نیچے سے اوپر کے جانب پیچ وار بل پڑے ہوئے کی جائے اور پیڑو کے قریب جب پٹی پہونچ جائے تو اس کے سرے کو باندھ دیا جائے۔

۱۰۔ گھٹنے کی بندش | پہلے کسیقدر گھٹنے کو جھکاؤ اور ڈھائی سے تین انچ تک چوڑی اور قریباً چار گز لانبی پٹی کا سرا گھٹنے کے اندر کی جانب کو رکھو اور پٹی کی پنڈلی کو زانو کے اوپر سے ہوتے ہوئے زانو کی باہر کی جانب کو لے جاؤ اور پھر وہان سے جائے ابتدائی پر لے جاؤ پھر گھٹنے کے اوپر سے لے جاکر اوپر والے پیچ کے کھلے ہوئے حصہ کو دبائین اور پھر جہان سے شروع کیا تھا وہان لے جائین اور پھر زانو کے اوپر سے لے جائین۔

اس مرتبہ پہلے پیچ کے اوپر کا کھلا حصہ پکڑ لین یہ ہی طریقہ اوپر اور نیچے شکل آٹھ کا بناتے ہوئے جاری رکھین۔

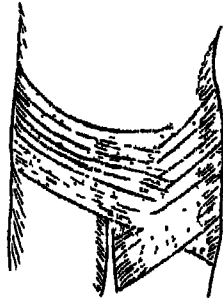
۱۱۔ بن ران کی بندش | مثل شانے کے بن ران کی بندش بھی بکفایت دشوار ہوتی ہے اور اس کے لئے بھی دو قسم کی اسپائیکا Spica بندشین حسب ذیل ایجاد کی گئی ہین۔

الف نیچے سے اوپر کی جانب پیچ دار اسپائیکا Spica

ب۔ اوپر سے نیچے کی جانب پیچ دار اسپائیکا Spica

الف۔ نیچے سے اوپر کی جانب اسپائیکا | جو جانب ماؤف ہو اس جانب کسی قدر پیڑو کو جھکایا جائے ڈھائی سے تین انچہ تک چوڑی اور دو سرے

نمبر ۲۴ - گھٹنے کی بندش

۲۴ بن ران کے اوپر چڑھتی ہوئی اسپائیکا

نمبر ۲۶ پن ران کی نیچے اُترنے والی اسپائیکا

بارہ گز تک لانبی پٹی لی جائے اور گھٹنے سے کچھ اوپر تین چار بل معمولی لپیٹی جائے اور بعد ازان اوپر کے جانب چڑھاؤ مین جو بل دئے جائین وہ سب پیچ دار ہون اور اس طرح بندش بن ران تک کی جائے۔ بعد ازان پٹی بن ران کے اوپر سے باہر کی جانب اور کوٹھے کے اوپر سے قدرے اوپر نکلی ہوئی اور پھر وہان سے پشت کے نیچے کے حصہ پر ہوتی ہوئی اور کوٹھے پر سے پیٹ کے سامنے کے حصہ سے نکلتی ہوئی عضو مخصوص کے اوپر سے ہوتی ہوئی پھر واپس بن ران کے جائے ماؤف پر باندھ دی جائے۔ اب پٹی کو ران کے اردگرد اندر کی جانب کو اور پیٹھ کے اوپر اور پھر جسم پر لے جاؤ اور پیچون کو اس طرح سے باندھتے جاؤ کہ یہانتک کہ ہر ایک پیچ اپنے سابقہ پیچ کے نیچے کے حصہ سے آدھا انچ اونچا رہے اور پھر سیفٹی پن کے ساتھ اوسکو ایک جگہ لگا دو

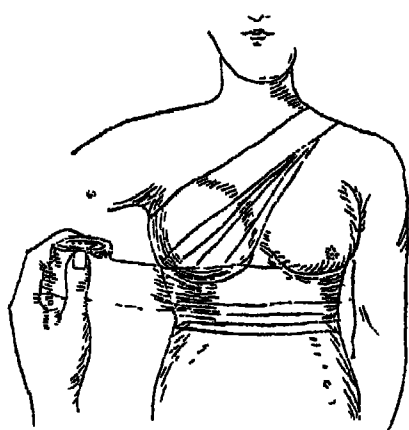
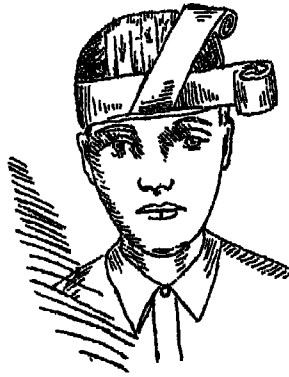
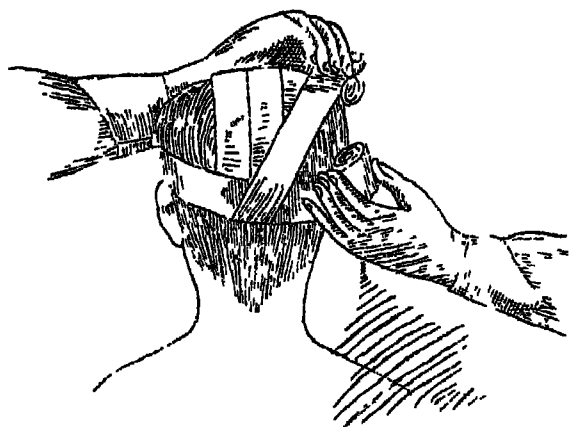
ب۔ اوپر سے نیچے کی جانب اسپائیکا Spica کسیقدر پیڑو کو جھکاؤ اور پٹی کا کھلا ہوا سرا ٹھیک بن ران پر رکھو پٹی کو دوسرے پیڑو کی طرف سے پشت کی جانب سے اسطرح لائین کہ سابقہ پٹی پر سے ہو کر گذرے بندش اس طرح پر کی جائے کہ ران کا بالائی حصہ بالکل ڈھک جائے اور اسکے بل نیچے سے اوپر کے جانب اسطرح لگائے جائین کہ سابقہ بل کو قریب نصف انچہ کے دوسری پٹی دبائے رہے اسیطرح بندش کئے جاؤ یہانتک کہ زخمی حصہ بالکل ڈھک جائے اور پٹی کا دوسرا سرا سیفٹی پن سے ٹانک دیا جائے۔

۱۲- پستان کی بندش | چار انچہ چوڑی رول کی ہوئی پٹی لو اور ماؤف پستان کے تین انچہ نیچے پٹی کا کھلا ہوا سرا رکھکر دو لپیٹ پیٹ پر لگاؤ تاکہ پٹی قایم ہو جائے بعد ازان پٹی کو جانو ماؤف پر لگائے ہوئے دوسری جانب کے شانے پر سے جا کر پشت کی طرف سے پھر ابتدائی جگہ پر لا کر ایک بل لپیٹ دیا جائے اور اسی طرح کل بندش کی جائے مگر ہر پٹی سابقہ پٹی کو اس قدر دبائے کہ اسکا کچھ حصہ کھلا رہے اور آخری سرے کو سیفٹی پن سے دبا دیا جائے۔

۱۳- سر کی بندش | تین طرح کی پٹیان بنا کر سر کی بندش کیجاتی ہے

الف - سر کی پٹی۔
ب - مثلث شکل کی پٹی۔
ج - گرہ دار پٹی۔

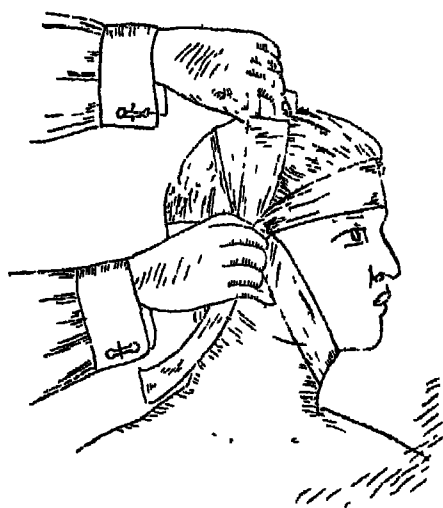
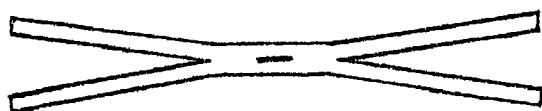
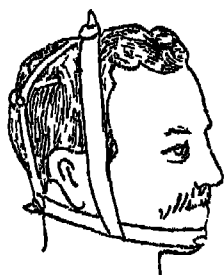
الف - سر کی پٹی | ڈھائی ڈھائی انچہ چوڑی رول کی ہوئی دو پٹیان لو اور نصف سے کچھ کم دور تک ایک کھول کر دوسری سے جوڑ دو اور بقیہ کو اسی طرح رول کی ہوئی رہنے دو - اس طرح دو شاخی پٹی ہو جائے گی اور ایک دوسری سے تین گنا بڑی ہو جائیگی۔

مریض کو کرسی یا کسی دوسری چیز پر بٹھاؤ اور خود اس کے پیچھے کھڑے ہو بائین ہاتھ مین پٹی کی بڑی ہنڈی ہو اور داہنے ہاتھ مین چھوٹی - ابرو سے ملا کر پیشانی پر پٹی رکھو بعد ازان ان دونون ہنڈیون کو کان کے پیچھے کی جانب اسطرح سے لیجاؤ کہ دونون ہاتھ سر کے پچھلے حصہ مین

نمبر ۲۷- عورت کی پستان کی بندش

نمبر ۲۸ - سر کی بندش - سامنے کا رخ

نمبر ۲۹ - سر کی بندش - پیچھے کا رخ

جہان تک ممکن ہو نیچے کی جانب ملین بڑی پٹی کو چھوٹی پٹی پر سے کھینچین اور بڑی پٹی داھنے ہاتھ کی جانب منتقل کرین اور چھوٹی کو بائین ہاتھ کی طرف کرین اور پٹیون کو خوب زور سے کھینچین اب چھوٹی پٹی کو سر کے اوپر سے بیچ مین اسے اوپر کی طرف اور ناک کی جڑ مین نیچے کیجانب کھینچین چھوٹی پٹی کو ورٹیکل Vertical پٹی بھی لکھتے ہین اور بڑی پٹی کو ہاری زنیٹل Horizontal لکھتے ہین بڑی پٹی کو داھنے ہاتھ مین لو اور داھنے کان سے اوپر کو آڑے لے جاکر ناک کی جڑ مین سیدھے رخ پر باندھ دین۔ اب سیدھے رخ کی پٹی کو سر کے اوپر سے لے جاکر سیدھ کی لکیر کے قدرے بائین جانب کو سے جاکر پیچھے (مثل آگے کے) آڑی پٹی سے باندھ دین پھر ایک دفعہ دوبارہ اوسکو آگے کو لاؤ اور اس مرتبہ سیدھ کے قدرے داہنی جانب رکھو اور اسکو پھر آڑی پٹی سے باندھ دو اس سیدھی پٹی کو آگے سے پیچھے کو بائین جانب برابر باندھتے جاؤ اور پیچھے سے آگے کو داہنی جانب اس طور پر باندھتے جاؤ کہ پٹی بیچ مین سے ہٹتی چلی جائے یہان تک کہ کانون تک پٹی آجائے۔ اور اوسوقت آگے سے اوسکو کاٹ دیا جائے۔

ورٹیکل Vertioal پٹی کو جبکہ وہ آگے اور پیچھے کو پیٹی جاتی ہے اوسکو باندھنے کے لیے سر کے اردگرد ہاری زنیٹل Horizontal پٹی آجاتی ہے۔

تمام پٹی آخر کار ہاری زنیٹل پٹی کو سر کے اردگرد دو زائد پیچ دینے اور

آگے پن لگا دینے سے ختم ہو جاتی ہے۔
اس قسم کی بندش، ڈاکٹر کاس گریو، صاحب نے اپنی کتاب ہوم نرسنگ
مین دی ہے۔ اور اوسی کے موافق یہان تفصیل کی گئی ہے۔
یہ بندش گرم ممالک کے لئے موزون نہین ہوتی اور اگر سخت کس جائے
تو مریض کو تکلیف دہ ہوتی ہے اور علاوہ ان باتون کے اسکی بندش
بھی مشکل ہے۔
ب۔ مثلث شکل کی بندش | کتاب انڈین مینول آف فرسٹ ایڈ کے
صفحہ (۲۳۴) مین اس بندش کا تذکرہ ہے اور بندش مذکورہ بالا سے
قابل ترجیح ہے مثلث شکل کی پٹی بعض اوقات اُن گدیون پر جو خون
روکنے کے لیے کھوپڑی پر رکھی جاتی ہین۔ پورے طور پر دباؤ نہین ڈالتی
اس لئے ذیل کے قسم کی بندش بہت کارآمد ہوتی ہے۔
ج۔ گرہ دار بندش | ڈہائی انچہ چوڑی اور آٹھ گز لانبی پٹی لیکر اسکو ایک فٹ تک کھول
ڈالو اور اس کھلے ہوئے سرے کو بائین ہاتھ مین لیکر دونون کنپٹیون مین سے کسی
کنپٹی سے ملا کر رکھو رول کئی ہوئے حصے کو سر کے نیچے سے گھماتے ہوئے پیشانی پر سے اوس کھلی ہوئی پٹی
پر لاؤ اور اُس سے دبا کر بنڈی کو کھوپڑی پر سے دوسری کنپٹی کے جانب
لے جاؤ۔ اور پھر اسکو گلے کے نیچے سے ہوتے ہوئے دوسری کنپٹی
لایا جائے بعد ازان اسی طرح دوسری لپیٹ سر پر پہونچائی جائے
اور یہ لپیٹ سابقہ لپیٹ سے کسیقدر ترچھی ہوگی یہان تک کہ کانپٹی
دباؤ پہونچ جائے اور ختم ہونے پر دونون سرون کو ملا کر ایک گرہ

نمبر ۳ - گرہ دار بندش

نمبر ۱۳۱ - چار سروں والی بندش

نمبر ۳۲ — چار سروں والی بندش
بندھی ہوئی

دے دینی چاہیئے۔

رول کی ہوئی پٹیون مین خاص ترمیمات

یہہ ترمیمات حسب ذیل ہین

الف - چاردم والی پٹی۔
ب - زیادہ دم والی پٹی۔
ج - انگریزی حرف "ٹی" کی شکل کی پٹی۔

الف - چاردم والی پٹی | ٹھڈی - گھٹنا - اورسر کے آگے و پیچھے جانب کی ڈریسنگ ایک جگہ قائم رکھنے کے لیئے اس قسم کی پٹی ایجاد کی گئی ہو۔

(۱) جبڑے کی چاردم والی پٹی | تین انچہ چوڑی رول کی ہوئی ڈیڑھ گز لانبی پٹی لے کر بیچ مین چھ انچہ چھوڑ کر دونون جانب سے پٹی مذکور پھاڑ لی جائے اور وسط مین ایک چاقو سے دو انچہ لانبا شگاف دے دیا جائے اور ٹھڈی پر وہ سوراخ رکھدیا جائے۔ دونون نیچے کے سرون کو سر پر لے جاکر گرہ دے دی جائے اور اوپر کے دونون سرون کو پیٹ کر کے پیچھے کی جانب لے جاکر باندھ دیا جائے اور پھر آخر مین دونون سرون کو ایک دوسرے کے ساتھ سر کے پیچھے باندہ دیا جائے۔

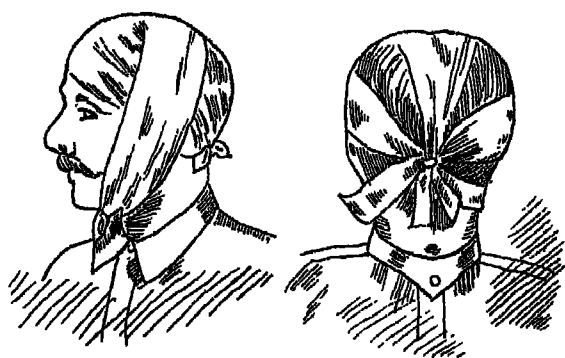
۲ - چار سرون والی سر کی پٹی۔ | قریباً چھ انچہ چوڑی اور ایک گز لانبی پٹی

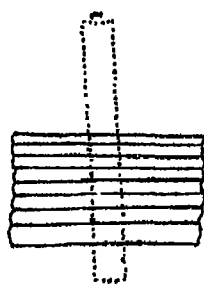
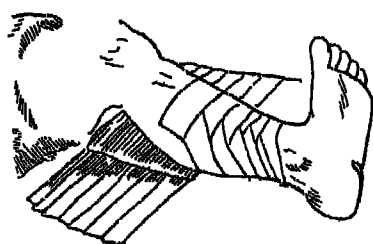
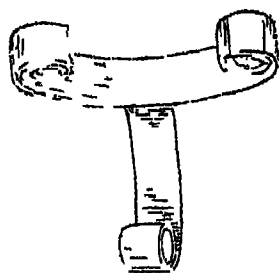
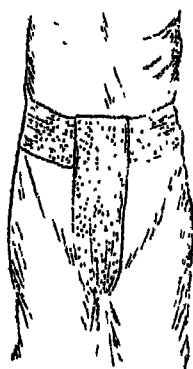
اسطرح بنائی جائے کہ تین انچہ بیچ مین چھوڑکر دونون جانب سے پٹیان پھاڑلی جائین ایسی پٹیان سر پر نیچے یا اوپر کی بندشس مین استعمال کی جاتی ہین۔

سر کے اوپر کی پٹی۔ سر کے اگلے حصے پر پٹی کا درمیانی حصہ رکھا جائے سامنے والے دونون سرون کو کانون کے اوپر سے پیچھے کی طرف لے جاؤ اور اونکو سر کے پیچھے کانون کی سیدھ سے ذرا نیچے باندہ دو بعدازان بقیہ دوسرے سرون کو لاکر ٹھڈی کے نیچے باندہ دیا جاے

سر کے پیچھے حصے کی پٹی پٹی کا درمیانی حصہ سر کے پشت کی طرف کو رکھو اور دونون اوپر کے سرون کو ٹھڈی کے نیچے اور دونون نیچے کے سرون کو پیشانی کے بیچ مین باندہ دو۔

۳۔ چار سرے والی گھٹنے کی پٹی۔ چھ انچہ چوڑی اور ایک گز لانبی پٹی لو۔ اور درمیان مین دو انچہ چھوڑکر ہر دو جانب برابر پھاڑ لیا جاے پٹی کا درمیانی حصہ گھٹنے کے درمیانی ہڈی پر رکھکر پٹی کے سرون کو زانو کے نیچے ایک دوسرے کے اوپر لے جاؤ اور پھر اونکو زانو کے سامنے لے آو اور پھر اوپر کے دونون سرون کو گھٹنے کی چپنی کے اوپر باندہ دو اور دونون نیچے کے سرون کو اون کے نیچے باندھ دو۔

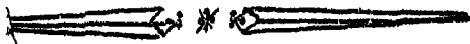
ب۔ زاید سرون والی پٹی۔ اسکی ضرورت اس حالت مین ہوتی ہے جبکہ ایک عضو کی بار بار مرہم پٹی کرنی ہو مگر اوسکو معمولی رول کی پٹیون کے استعمال سے حرکت دینا منظور نہ ہو خاص طور پر اس بند

نمبر ۳۳ ۔ سر کے اوپر کے حصہ پر چار سروں والی
پٹی بندھی ہوئی

نمبر ۳۴۔ گھٹنے کی چار سروں والی بندش

نمبر ۳۵ - مختلف سروں والی بندش

نمبر ۳۶ ۔ مختلف سروں والی بندش

نمبر ۳۳- انگریزی حرف T کی شکل کی بندش

نمبر ۳۴ - انگریزی حرف "ٹی" کی شکل کی بندش بندھی ہوئی

کی ضرورت سینہ اور شکم کے زخمون اور چوٹون کی بندش مین کارآمد ہوتی
ہے اور یہ عضو کے جل جانے کی حالت مین بھی استعمال ہوتی ہے
بازو کے لئے ڈھائی انچہ چوڑی - ٹانگ - شکم یا پیڑو کے لئے ساڑھے
تین انچہ چوڑی پٹی کی ضرورت ہوتی ہے ترکیب یہ ہے کہ جتنے لانبے
عضو پر پٹی باندھنی ہو اُتنا ہی لانبا کپڑا لے کر پھیلاؤ اور جس عضو پر باندھنا
ہو اُس سے چھ انچہ زاید لانبی پٹیان اس پر اس طرح بچھا دی جائین
کہ اون کے درمیانی حصے وسط مین رہین - یہ آڑی قسم کی پٹیان
ایک دوسرے کے اوپر ⅓ حصہ چڑھی ہوئی رہین اور اس سید ہی
پٹی کے ساتھ سی دی جائین عضو پر پٹی باندھنے مین عضو کو بیچ والی
پٹی پر لٹا کر رکھو اور اِدھر اُدھر کی پٹیون کو نیچے سے اوپر کی طرف اس طرح
لاؤ کہ ایک دوسرے کے اوپر چڑھ جائین اور آخری دو پٹیون کو نیچے
کی پٹیون کے ساتھ کچھ ٹانکون سے ٹانک دو یا سیفٹی پن سے
اون کو تھامدو

ج - انگریزی حرف "ٹی" کے شکل کی پٹی | اس قسم کی پٹی کی بندشس کی
ضرورت اُس حالت مین ہوتی ہے - جبکہ عضو مخصوص کی مرہم پٹی کو
تھامنا ہوتا ہے -

اس کی ترکیب یہ ہے کہ ایک پٹی تین انچہ چوڑی اور ڈیڑہ گز لانبی لو اور
اوسکو دوسری لانبی ویسی ہی پٹی کے وسط مین عمودی شکل مین سی دو -
بندش اس طرح کی جائے کہ لانبی پٹی پیڑو کے اوپر کمر کے ارد گرد

ایسے طور سے لپیٹی جائے کہ چھوٹی پٹی رانون کے بیچ مین سے سامنے والی ہڈی کے اوپر آجائے۔ سرون کو سامنے باندھ دیا جائے اور پھر "ٹی" کے اوپر کے حصہ کو رانون مین سے نکالکر سامنے باندہ دیا جائے اور اوسکو اڑے حصے کے ساتھ جا دیا جائے۔

"ضمیمہ اوّل"

ناگہانی اور اتفاقی ضرورت کے لیے ہر گھر مین ایک الماری ایسی ہونی چاہیئے - جسمین ضروری ادویہ مثل مرہم پٹی اور ادویہ وغیرہ رہین -

الف - مرہم پٹی

۱ - چند ٹکڑے اسٹرے لائز شدہ لنٹ کے Sterilised lint

۲ - جذب کرنے والی کاٹن اول - Cotton wool

۳ - پرانے صاف کپڑون کے ٹکڑے -

۴ - نصف درجن رول کی ہوئی پٹیان دو نصف انچہ چوڑی تین دو انچہ چوڑی - ایک تین انچہ چوڑی - اور دو مثلث شکل کی بندش کے لیے ہون -

۵ - چپکنے والا پلاسٹر ساختہ ریمیٹڈ صاحب ایک بنڈی -

۶ - چند سیفٹی پن -

۷ - معمولی تاگہ اور سوئیان -

۸ - ایک یا دو سرجری کی سوئیان اور ریشم کا تاگہ -

۹ - قدرے روغنی ریشم یا گٹا پارچہ کا ٹکڑا -

۱۰ - مقراض۔
۱۱ - ڈریسنگ کرنے کا چمٹا۔
۱۲ - ایک بوتل روغن زیتون جسمین ایک حصہ کاربولک اور تین حصہ روغن زیتون ملا ہو۔
۱۳ - ایک بوتل قلمی پرمنگنیٹ آف پٹاش Permanganate of potash
۱۴ - ایک سونگھنے کی بوتل "اسملنگ بوتل" Smelling bottle

ب - ادویہ داخلی

۱ - عرق سونف یعنی ڈل واٹر Dill water
۲ - لکرس پاؤڈر Liquorice powder
۳ - گریگریز پاوڈر Gregory's powder
۴ - سیال مگنیشیا Fluid magnesia
۵ - مانا Manne
۶ - کیسٹر آئل Castor oil
۷ - گندھک
۸ - اپیکاکوانہا۔ Ipecacuanha
۹ - مچھلی کا تیل
۱۰ - اکسٹریکٹ آف مالٹ Extract of malt

ضمیمہ دوم

پرہیزی کھانون کے پکانے کی ترکیب

ذیل مین پرہیزی کھانون کے اقسام اور ان کے پکانے کی ترکیب ہم بتلاتے ہین - لیکن نرس یا تیماردار کو معلوم رہنا چاہیئے کہ یہ کھانے اگرچہ مخصوص مریضون کے لیے ہین اور پرہیزی ہین مگر اس کی ضرورت نہین ہے کہ مریضون کے کمرون مین پکائے جائین -

ایلومینم کے ظروف بہ نسبت تمام چینی کے زیادہ اچھے ہوتے ہین - تمام چینی مین خرابی یہ ہے کہ روغن جلد اُکھڑ جاتا ہے اور پھر صفائی مین دقت ہوتی ہے -

ہندوستان اور دیگر گرم ممالک مین مریضون کے کھانے نرسون کی خاص نگرانی مین پکوائے جائین آدہ سیر بیف Beef. Tea عمدہ جو کسی عمدہ گول حصے کا ہو لیا جاے - پنڈلی کا گوشت نہ ہونا چاہیئے جو کہ اکثر خانساماں لے لیتے ہین کیونکہ وہ بدذائقہ ہوتا ہے اسکے چھوٹے چھوٹے پارچے کرلیئے جائین - اوس کے اوپر کی جھلی اور چربی نکالدی جائے پھر اس کو کسی ظرف مین رکھکر ایک پائنٹ Pint پانی ڈال کر خوب

خوب اچھی طرح سے اوس کا موںھ بند کر دیا جائے تا کہ کسی جگہ سے بھاپ
نہ نکلنے پائے۔ پھر ایک بڑی دیگچی مین پانی بھر کر اس بند ظرف کو اُس مین
رکھدو اور جوش دینا شروع کرو اور تین گھنٹہ تک وہ جوش کھاتا رہے
بعد ازان ظرف کو دیگچی سے نکال کر ٹھنڈا ہونے کے لئے رکھدیا جائے
اور اوپر سے چکنائی اُتار لی جائے اور یہ آب جوش بموجب ضرورت کے
گرم کیا جا سکتا ہے۔ عمدہ بیف ٹی لیسدار نہین ہونی چاہیئے اور کبھی
اوس کو بعد تیاری کے جوش نہین دینا چاہیئے۔ گو اسمین غذائیت کم ہے
مگر محرک زیادہ ہے۔

اس قسم کا آبجوش شیر خوار بچون کے پانی مین بہت مفید ثابت
ہوا ہے کیونکہ جب اُن کو سادہ دودھ ہضم نہین ہوتا یا اُس سے استفراغ
ہو جاتا ہے تو وہ اکثر آدھا دودھ اور آدھا آبجوش مذکور یا آبجوش
چوزہ کو ہضم کر لیتے ہین۔

بیف جوش Beef Juice یعنی بیف کا عرق

نہایت عمدہ بیف آدھ پاؤ لیا جائے۔ اور اُس پر سے چربی چھڑا دی جائے
اور ٹکڑے ٹکڑے کر کے باریک قیمہ کر لیا جائے بعد ازان بقدر آدھی
چھٹانک کے پانی ڈال کر اور ذایقہ کے لئے قدرے نمک ملا کر تین گھنٹہ
تک پانی مین پڑا رہنے دیا جائے البتہ کبھی کبھی کسی چمچہ سے چلا دیا جائے
بعد ازان کسی صاف ململ سے چھان کر ایک چمچہ ایک وقت مین مریض کو

جب جلدی مین بغیر جوش دئے جانے کے اس قسم کے بیف ٹی تیار کرنے
کی ضرورت ہو تو یہ نہایت عمدہ اوسکے تیار کرنے کی ترکیب ہے۔

""شفاف بھورے رنگ کا شوربہ""

بیف کا قیمہ بنالو اور ایک دیگچی مین رکھکر اس قدر پانی ڈالو کہ قیمہ کے اوپر پانی
ہو جاوے پھر آگ پر چڑہا دو جب کھولنے لگے تو آہستہ آہستہ ایک چمچہ اُس کا
روغن اُتار لو اور قدرے نفیس او زود ہضم ترکاریان مثلاً شلجم چقندر اور
شوربری Celery (ایک قسم کی ترکاری) اور قدرے سیاہ مرچ
و نمک ڈالدو ان سب چیزون کو رکھکر دیگچی کا موںھ آٹے سے بند کردو
تو اندر سے بھاپ باہر نہ نکل سکے۔ بعد ازان ایک بڑی دیگچی مین پانی
بھر اس چھوٹی دیگچی کو رکھدو اور آگ پر چڑہا دو اور یہان تک پکاؤ کہ
ترکاری اور گوشت سب اچھی طرح گل جائین بعد ازان کسی ململ کے
پارچہ سے چھان لو اور ایک دن اسی طرح رکھا رہنے دو۔ دوسرے دن
جب ٹھنڈا ہو جاوے تو اُسکے اوپر چربی کی ایک تہ جمی ہوئی ہوگی اُس کو
چمچہ سے اوپر ہی اوپر اوتار لیا جائے بعد ازان دو انڈون کو توڑکر
اس قدر پھینٹا جاوے کہ جھاگ ہی جھاگ ہو جائین اور تیار شدہ یخنی مین
اُنکو ملاکر کسی چیز سے اچھی طرح حل کر دیا جاوے دس منٹ تک دھیمی
آنچ پر کھولاکر باریک پارچہ سے چھان لیا جاوے تو ایک نفیس بھورے
رنگ کا شفاف شوربا تیار ہو جاتا ہے۔

دیا جائے موسم گرما میں یہ عرق دن میں دو بار تیار کرنا چاہیئے۔ چونکہ شیر خوار بچون کے واسطے یہ ایک بیش بہا مرکب ہے اسلئے اُس تکلیف کو جو اوسکے تیار کرنے میں ہوتی ہے گوارا کرنا چاہیئے۔ وہ بچون کے مرض اسکروی[۵۱] Scurvy اور ریکٹس[۵۲] Reckets کو مفید ہے

پندرہ منٹ والی بیف ٹی

نصف سیر بیف لو جو چربی اور جھلی سے صاف ہو اس کا باریک قیمہ کر لو دیگچی میں قیمہ رکھکر اوپر سے تقریباً نصف پا منٹ خوب کھولتا ہوا پانی ڈال کر اور ظرف کو اچھی طرح ڈہانک دو کہ اندر سے بھاپ نہ نکلے دس منٹ تک آگ کے قریب دیگچی کو رکھو بعد ازان ایک پیالے میں چھان لو اور چوڑے ظرف میں پانی جو مثل برف کے ٹھنڈا ہو بھر کر بیف ٹی کے پیالے کو رکھدو ٹھنڈے ہونے پر روغن کی ایک تہ اوپر جم جائیگی اُس کو آہستہ آہستہ کسی چمچے سے اُتار لو اور بعد میں باسی روٹی کے ٹکڑے یا بلاٹنگ سے جو کچھ چکنائی باقی رہ جائے اُٹھا لو بعد ازان ایک گرم پیالے میں ڈال دو اور جب پلانا ہو تو خفیف گرم کر لو ایک ایک گھنٹہ کے بعد دو دو تین چمچے دیجائے (اس سے زائد نہ دی جائے)

---

[۵۱] اسکروری Scurvy میں بچون کے مسوڑے اور دانت خراب ہو جاتے ہیں

[۵۲] ریکٹس Reckets میں سوکھے کا سیلان ہوتا ہے دراصل ہڈیون اور پٹھون میں کیلسیم Calcium کی کمی ہوتی ہے۔

چوزہ مرغ کا شوربا

چھوٹا چوزہ مرغ ذبح کر کے اول اُس کی چربی دور کی جانے بعدازاں مع ہڈی کے کوٹ کر قیمہ کر لیا جاے اور چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے قدرے نمک ڈال کر ایک کوارٹ quart کھولتا ہوا پانی ڈال دیا جاے اور دیگچی کا موںھ بند کر کے دھیمی آنچ پر دو گھنٹہ تک آہستہ آہستہ پکایا جاے آگ سے اُتارنے کے بعد اتنی دیر تک رکھا رہنے دیا جاے کہ اچھی طرح ٹھنڈا ہو جاے بعدازاں کسی چھنے مین چھان لیا جاے بچون کو دودہ مین ملا ہوا یہ شوربا بہت مرغوب ہوتا ہے اور علی ہذا جوانون کو بھی نہایت پسند اور خوش ذایقہ معلوم ہوتا ہے۔ ہندوستان مین بجاے بیفٹی کے چوزہ کا شوربا استعمال کرایا جاتا ہے اور اگر ہضم ہو جانے تو ایسا ہی اچھا ہوتا ہے جیسا کہ انگریزی تیار شدہ ہوتا ہے۔

مٹن براتھ Mutton Broth

نصف سیر بھیڑ یا بکری کا تازہ گوشت بلا ہڈی کا لیکر ڈہائی پائنٹ کھولتا ہوا پانی ڈالو اور اُس کو دو گھنٹہ تک آہستہ آہستہ جوش کھانے دو اور ذایقہ کے لیے قدرے نمک ڈالدو۔ آنچ سے اُتار کر کسی چوڑے موںھ کے ظرف مین چھان لو۔ جب سرد ہو جاے تو اوسکے اوپر کی چکنائی اُتار ڈالو اور وقت ضرورت گرم کر کے مریض کو دو۔ آش جو۔ چاول اور

ترکاریان بھی بڑے بچون کے لئے ملا دی جاتی ہین لیکن ان اشیاء کو علیحدہ اور پورے طور پر جوش دیکر پکا لیا جانے اور جب تک کہ شوربہ کافی طور پر گرم نہ ہو جائے اُس وقت تک یہ چیزین ملائی نہ جانا چاہئین بھیڑ کے گوشت کا شوربہ اگر احتیاط سے تیار کیا جائے تو چھوٹے بچون کو دیا جا سکتا ہے لیکن یہ ایسا مفید نہین ہے جیسا کہ بیف ٹی یا بیف جوس ہوتا ہے۔

براتھ یہ شوربہ یخنی اور بیفٹی Beef Tea کی نسبت بعضون کی رائے ہے کہ اُن مین غذائیت ہوتی ہے لیکن واقعی بات یہ ہے کہ ان مین غذائیت کا جز کچھ بھی نہین ہوتا اور یہ ضرور ہے کہ مقوی ہوتا ہین اور ذرا اگرم حالت مین سوڈے اور برانڈی کی بہ نسبت بچون اور جوانون کے لئے زیادہ محفوظ محرک ہوتے ہین۔

ویل براتھ Veal-broth

ڈیڑھ پاؤ ویل Veal کے گوشت کا خوب باریک قیمہ کرڈالو اور ایک پائنٹ ٹھنڈا پانی ڈالو تین گھنٹہ تک پانی مین بھیگا رکھو بعد ازان آہستہ آہستہ آگ پہونچا کر اس قدر گرم کرو کہ کھولنے کے قریب ہو جائے دو تین منٹ تک تیز آنچ مین کھولا کر کسی باریک چھلنی مین چھان لو اور ذائقہ کے لیے قدرے نمک ڈالدو۔ بچون کو اگر ویل کا شوربہ دینا ہو تو اسی طرح تیار کیا جائے کیونکہ یہ دیر ہضم ہوتا ہے اور غذائیت بہت کم ہوتی ہے

بلینگٹ مینج Blanc-Mange

یہ دودھ اور میدہ ملاکر لیسی سی بنائی جاتی ہے بچون کے لیے یہ نہایت مفید حلوہ ہے جس مین نشاستہ کا جز نہین ہوتا ہے اور سریع الہضم ہوتا ہے :

بنانے کی ترکیب یہ ہے

خفیف آنچ پر نصف پائنٹ دودھ مین نصف آونس "جلے ٹائن" Gelatine ملاکر کسی چیز سے آہستہ آہستہ چلاتے رہین اور خوش ذائقہ کرنے کے لیے کسی پھل کا قدرے ست ڈال دیا جائے ایک پائنٹ "کریم" Cream مین تین اونس شکر ملاکر اور پھر اوس کو جلے ٹائن ' اور دودھ کے گرم سالوشن مین ڈال دو۔

اِن سب کو اس قدر پھینٹا جائے کہ خشک ہو جائین اور پڈنگ کے سانچون مین دیا جائے۔

"جن کٹ" Junket

ایک پائنٹ خالص گائے کا دودھ لو اور اس قدر گرم کرو کہ اس کا پینا ناگوار نہ ہو - دو چمچہ رینٹ (Rennet) کا ست یا جس مقدار مین ڈالنا بوتل کے لیبل پر لکھا ہو ڈال دو اور آہستہ آہستہ کسی چیز سے ہلاتے رہو۔

آگ سے اُتار کر تھوڑی دیر کے لیے علیحدہ رکھدو ٹھنڈا ہونے پر جم جائیگا اور بالائی ملا کر یا بلا بالائی کے بسکٹون کے ساتھ استعمال کرایا جاتا ہے۔

بیضہ کا "جَن کٹ" Junket

دو انڈے لو اور اسی قدر اُن کو پھینٹو کہ جھاگ ہو جائین اور ذایقہ کے لئے بقدر چار چمچہ چاء شکر ملا دو بعد ازان ایک پائنٹ تازہ اور خالص دودھ مین ان سب کو ملا کر چلا دو اور "پیپسین" Pepsin یا "رنٹ" Rennet کا ضامن دے کر جما دو۔ قہوہ کی چھوٹی چھوٹی پیالیون مین جما لیا جائے تو مریض کے سامنے رکھنے اور نکالنے مین بہت آسانی ہوتی ہے۔

وہایٹ واین وہے White-wine Whey

ایک پائنٹ تازہ اور خالص دودھ لو اور دہیمی آنچ پر اس قدر گرم کرو کہ کہ جوش کرنے کے قریب ہو جائے اور ایک گلاس "شیری" Sherry (ایک قسم کی شراب) اوپر سے گرم دودھ مین ڈالی جائے۔

شیری Sherry ڈالنے کے بعد دودھ کو اس قدر اور گرم کرو کہ اُبلنے کے قریب ہو جائے لیکن ہلایا نہ جائے۔ آگ سے اُتار کر علیحدہ رکھدیا جائے تو تھوڑی دیر کے بعد نیچے وہے Whey بیٹھ جاتا ہے

اور صاف وھے Whey اوپر آجاتا ہے روٹنڈا ہسپتال Rotunda Hospital مین اس وھے Whey کی بہت قدر کی جاتی ہے وہان کے لوگون کا خیال ہے کہ جب کوئی چیز نہ ہضم ہوتی ہو اور معدے مین نہ ٹھہرتی ہو تو یہ وھے Whey ٹھہر جاتا ہے ذاتی طور پر ہمکو یہ معمولی وھے Whey سے زیادہ بہتر نہین معلوم ہوا۔

"وھے" Whey

ایک پائنٹ تازہ اور خالص دودھ کو آہستہ آہستہ اس قدر گرم کرو کہ جوش کھانے کے قریب ہوجائے اور دو چمچہ یا جس قدر کہ بوتل پر لکھا ہو "رنٹ" Rennet ملادو۔

باردوم دودھ کو جوش کھانے کے قریب تک گرم کرو اور وھے Whey کو وھے مین سے نکال لو۔

مریضون کے لیے یہ نہایت عمدہ چیز ہے اور معمولی دودھ مین کسی مقدار مین ملاکر استعمال کرایا جاتا ہے۔ جب کسی قسم کا دودھ معدہ مین نہین ٹھہرتا اس حالت مین یہ بہت مفید ہے اس قسم کے وھے Whey مین انسانی دودھ کے مشابہ اجزا پائے جاتے ہین۔

السی کی چاے

ایک اونس السی اور نصف اونس کچلی ہوئی لکوریس Liquorice

کو چاء دانی یا جگ مین رکھ کر اوپر سے ایک پائینٹ کھولتا ہوا پانی ڈالدو اور اچھی طرح چاء دانی کو ڈہانک دو تا کہ اندر سے بھاپ باہر نہ نکلے۔ اور نصف گھنٹہ تک پانی مین بھیگی رکھی جائے اگر ضرورت ہو تو قدرے "ٹریکل" Treacle ملا کر چھان لی جائے۔ کھانسی اور زکام مین یہ چاء نہایت مفید ہوتی ہے۔

"بلیک کرنٹ پنچ" Black Currant Punch

خانہ ساز بلیک کرنٹ کے جام کا ایک بڑا چمچہ لو اور ایک ٹمبلر گرم پانی مین ملا لو یہ سونے کے وقت بچہ کو پلایا جاتا ہے۔ عموماً پسینہ خوب لاتا ہی اور زکام وغیرہ مین بہت مفید ہوتا ہے۔

آراروٹ اور بلیک کرنٹ کا مشروب

Arrowroot and Black-currant drink

حلق کے امراض مین یہ خانہ ساز دوا بہت مفید ہوتی ہے۔ ترکیب یہ ہے کہ بقدر بڑے دو چمچہ کے بلیک کرنٹ Black Currant کا جام ایک کوارٹ Quart پانی مین شربت بنا کر چھان لیا جائے بعد ازان ایک چھوٹی چمچی اراروٹ کے ٹھنڈے پانی مین گھول کر اوپر سے کھولتا ہوا شربت ڈال دیا جائے اور کسی چیز سے چلا دیا جائے ٹھنڈا ہو جانے پر استعمال کرنا چاہیئے۔

دودھ کی پڈنگ Pudding

پڈنگ Pudding مختلف اقسام کی ہوتی ہے اور کبھی اُن طریقوں سے بنا کر مریضوں کو نہ کھلائی جائے کہ جو طریقے کھانا پکانے کے کتابوں مین ہین۔ ایک بڑا چمچہ چاول یا ساگو یا ٹپیو کا Tapioca ایک پائنٹ دودھ کے لیے بالکل کافی ہے۔ غرض ان اشیاء کے ملانے کی ضرورت یہ ہوتی ہے کہ دودھ کا ذایقہ بچہ کے لیے خوشگوار ہو جائے۔ چاول۔ ساگو یا ٹپیو کو Tapioca ان ہر سہ مین نشاستہ کا جزو ہوتا ہے اور دیگر اجزا محض برائے نام ہوتے ہین اس لئے یہ چیزین بچون کو خفیف مقدار مین دی جانی چاہئین۔

شاہی شربت

اس کے بنانے کی ترکیب یہ ہے ایک لیمو کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کرو اور کریم آف ٹاٹار Cream of Tartar کی دو چمچیون کے ساتھ ایک جگ مین ڈالو اور اوس مین بڑی دو چمچیان شکر کی ملا دو اور ایک کوارٹ جوش دیا ہوا پانی ملا دو پھر سرپوش سے ڈھانک دو اور ہلاتے رہو یہانتک کہ وہ ٹھنڈا ہو جائے۔ پھر اوسکو چھان کر بچون اور بڑون کے لیے کام مین لاؤ یہ شربت رفع تشنگی اور تفریح کے لیے بہت مفید ہوتا ہے۔

البومن واٹر Albumen water

نصف پائنٹ پانی اور ایک انڈے کی سفیدی۔

[تین میز کے چمچہ برابر پانی لو اور خفیف گرم کر لو۔ ایک انڈے کی سفیدی ایک پیالے مین سے کراسمین اس گرم کئے ہوسے پانی کو ڈالکر خوب اچھی طرح کسی کانٹے سے پھینٹو۔ جب انڈے کی سفیدی بالکل جھاگ ہوجائے تو بقیہ پانی ملا کر کسی موٹی چلنی مین چھان لو۔ اگر فوراً پینا منظور نہین ہے تو سرد ہونے کے لئے رکھدو۔

آش جو کا پانی"

ایک پیالہ عمدہ اور صاف کئے ہوئے جو کا دلیا دو کوارٹ پانی مین جوش دے کر ٹھنڈا کر لیا جائے بعد ازان پانی ڈالکر ۸۰ درجہ فیرن ہایٹ Fahrenheit کی آنچ پر رکھدو اور ڈیڑھ گھنٹہ تک اس دھیمی آنچ مین پکنے دو بعد ازان چھان لو اور ٹھنڈا کر لو۔

ٹمپریچر ایک نقشہ مین جسکو ٹمپریچر چارٹ لکھتے ہین درج کی جاتی ہے بعض
نقشون مین صرف صبح اور شام کی ٹمپریچر درج کی جاتی ہے بعض ایسے
نقشے چھپے ہوئے ہین کہ جن مین زیادہ اوقات کی ٹمپریچر درج کی جاتی ہے
نقشہ جو ذیل مین دیا ہوا ہے اس مین ہر چار گھنٹہ کے بعد کی ٹمپریچر
درج کی جاتی ہے۔ ٹمپریچر لکھنے کے نقشے تمام اقسام کے سینٹ جان ایمبولینس
اسٹورس ڈپو St.John Ambulencc Stores Depot
بمبئی یا اسکے ہندوستان کے صدر مقام شملہ سے مل سکتے ہین۔

صحت نامہ

صفحہ	سطر	غلط	صحیح
۷	۶	اور معمولی اشیاء کا	اور مقوی اشیاء کا
۹	۱۴	نمبر۲ دالٹا شروع	نمبر۱- دالٹنا شروع

غلطنامہ اصل کتاب

صفحہ	سطر	غلط	صحیح
۲	۱	Ventilation	Ventilation
۱۰	۱۵	فرکیچر پڈس	فرکیچر بڈس
۱۱	۱۰	کرنی چاہیے	کرنی چاہیئں
۱۳	۷	اکیوٹ ہو	اکیوٹ رہو
//	۸	وجع مفاصل شدید سوا	وجع مفاصل شدید کے سوا
۱۶	۶	Fanrenheit	Fahrenheit
۱۶	۱۳	خس کی ٹٹیان اس قدر عام ہین	خس کی ٹٹیان کھینچنے کے پنکھے اس قدر عام ہین
۱۷	۴	علاوہ پانی کثافت	علاوہ پانی کی کثافت
۱۷	۱۱	بڑی رنعمت یہی ہے	بڑی نعمت یہی ہے
۱۹	۳	مریض کے جسمانی	مریض کی جسمانی
۲۰	۱	زیادہ جگہ گذیرنیکا	زیادہ جگہ گھیرنیکا
۲۴	۸	سلیپنگ سلنیس	سلیپنگ سکنیس

صفحہ	سطر	غلط	صحیح
۲۴	۱۱	سسبند خلائی	سینڈ فلائی
۲۶	۷	انفلو ٹیلنزا	انفلوئینزا
〃	۹	انٹر ہنیٹ	انٹر میٹینٹ
〃	۱۴	بخار سلاً	بخار مثلاً
〃	۱۹	Depht heria	Diphtheria
۲۸	۱	Convalescense	Convalescence
۳۲	۱۷	نام سے بارارون مین	نام سے بازارون مین
۳۵	۱۱	خوش قسمتی سے	خوش قسمتی سے
〃	۱۴	جراثیم ضائع ہوجاے ہین	جراثیم ضائع ہوجاتے ہین
۳۸	۵	سرعتگی آجاتی بعض	سرختگی آجاتی ہے بعض
۴۰	۱۴	رواج بڑتا جاتا ہے	رواج بڑہتا جاتا ہے
۴۴	۶	اورازان ہوتا ہے	اور ارزان ہوتا ہے
۴۷	۷	دہوبی کے قسم کی	دہوبی کی قسم کی
〃	۱۸	کٹھل	کھٹمل
۴۸	۱۷	تدبیر جو ذ ل	تدبیر جو ذیل
۵۵	۱۵	چلتے پہرنے کا	چلتے پہرنے کا
۵۹	۴	بروقح ، کمر پٹی	بروقح ، کمر پیٹلی
۶۵	۱۴	انگلیون کے بیچ مین	انگلیون کے بیچ مین

صفحہ	سطر	غلط	صحیح
۶۶	۱۷	Bo co	Boric
۶۷	۱۲	جب سہ بھنسے جائین	جب یہ پھنسے جائین
۶۸	۸	Boricis	Boric's
〃	۱۴	سہولیت	سہولت
۷۱	۲	مریض کی تہوڑی کے	مریض کی ٹھوڑی کے
〃	۱۱	اوربھیر لیٹی ہوئی	اورپھیر لیٹی ہوئی
〃	۱۸	اگر مریض	اگر مریض
۷۳	۱۹	رہنا حاسئے	رہنا چاہئے
۷۴	۴	Zino	Zinc
〃	۷	اور کھتیون کی	اور کہنیون کی
۷۶	۵	Nitrogenoas	Nitrogenous
۷۷	۱	مہزل خوڈس	منزل فوڈس
〃	۸	اور اعصاب پڑہین اور	اور اعصاب بڑہین اور
۸۲	۴	بلکہ دل نہ لیا جائے	بلکہ دل لیا جائے
۸۳	۸	حفظ ما تقدم کے	حفظ ما تقدم
〃	۱۵	نٹس کا ربٹیک	اینٹس کا ربیٹیک
〃	۱۹	چاولون کو پکا سے گی	چاولین کو پکاوے گی

صفحہ	سطر	غلط	صحیح
۸۶	۳	پارچہ کا پارچہ گھوستے	پارچہ کاپارچہ کھوستے
۸۷	۲	ہولی ہے وہ اوسیقدر	ہوتی ہے اوسیقدر
۹۳	۱۵	برانڈی بلاکردی جاتی ہے	برانڈی ملاکردی جاتی ہے
۹۸	۵	پیمانہ والا کلاس	پیمانہ والا گلاس
۹۹	۳	معمولا	معمولاً
۱۰۰	۱۰	خوب کارگ لگا کر	خوب کارک لگاکر
۱۰۱	۱۶	Pouder	Powder
۱۰۳	۶	limmant	liniment
۱۰۴	۴	تہوڑی	تھوڑی
"	۷	آئی ہاتھ	آئی باتھ
۱۰۵	۱۴	پورسپنس پلاسٹر	پورسینس پلاسٹر
۱۰۵	۱۹	Bolladonna	Belladonna
۱۰۷	۴	پلینے والے دواکے	پینے والی دواکے
۱۱۰	۱۸	ہوتی ہین جو یہ نہایت	ہوتی ہین - یہ نہایت
۱۱۴	۷	خشک باران کی وجہ سے	خشک باراں کی وجہ سے
۱۱۵	۱	سبلینے کی	پلینے کی

صحیح	غلط	سطر	صفحہ
(۵)	(۵)	۶	۱۱۶
(جھلّی دار کف)	(چھلی دار کف)	۱۱	〃
(پسلی کا درد)	(پسلی کا درد)	۱۸	〃
Index	Indor	۱۷	۱۲۱
بجنے لگتے ہین	بچنے لگتے ہین	۱۹	۱۲۳
گرم	پرگرم	۳	۱۲۴
عرصہ دراز کی مہارت	عرصہ دراز کی محارت	۷	〃
ٹمپریچر سو درجہ	سو درجہ ٹمپریچر سو درجہ	۱۶	۱۳۰
چار تہ کرنی جائیں	چارتہ کرنی جائیں	۱۲	۱۳۱
گٹھیا	گھٹیا	۱۵	۱۳۲
پونڈ	مادہ پونڈ	۸	۱۳۴
کھسکنا	کھسکتا	۷	۱۳۵
بورک	بورک	۱۱	۱۴۲
غلاف چڑھا	غلاف چھڑھا	۱۶	۱۴۶
ٹکڑے سے نئے سرے سے	ٹکڑے سے نئے سر سے کے	۱	۱۵۱
کی جائے	کی چار کے	۱۴	۱۶۴

صفحہ	سطر	غلط	صحیح
١٧٦	٣	پسنم	پسینہ
١٧٨	٢	پچھر	پچھر
١٧٠	٤	کھائی جاسے کھانے	کھائی جائے کھانے
١٧١	٦	ان کی عمرمین	ان کی عمرمینا
؍؍	١٦	مقر ہوتا ہے	مسفر ہوتا ہے
١٧٣	١٩	اعضاء کے	اعضاء کی
١٧٥	٧	اصحاب ہین	اسباب ہین
١٧٧	١٠	مسٹرزوردرگل	ملنرفو درگل
؍؍	١٢	پکی ہوئی غذاین کھلانے	پکی ہوئی غذائین کھلانے
؍؍	١٨	عود کراسنے کا	عود کر آنے کا
١٧٩	٧	Scarle fever	Scarlet fever
؍؍	٩	لیاس اولی ہونا	لباس اونی ہونا
١٧٩	١٩	اصلاح طلب ہے	اصلاح طلب ہے
١٨١	١٩	پائی سیو	بنایو
١٨٢	٣	نبایو	بنایو
؍؍	١١	ہوسگین	ہوسکین
؍؍	١٩	Sp rit	Spirit

صفحہ	سطر	غلط	صحیح
۱۹۲	۱۲	زخمون کے ٹانگون ہیں	زخمون کے ٹانکون ہین
"	۱۹	لسیلان	سیلان
۱۹۳	۱۳	Oostard	Custard
۱۹۵	۱۹	رول کی جاتی چاہیت	رول کی جانی چاہین
۱۹۶	۲	عضو پر پڑہتا	عضو پر پڑنا
۱۹۸	۷	سوئی سے ٹانگ دنیا	سوئی سے ٹانک دینا
"	سامنے تصویر	نمبر ۱۲ نمبر ۲	نمبر ۱
۲۰۰	۱۲	دو سکّے بل	دو سکّے بل
"	۱۷	انگھوٹے	انگوٹھے
۲۰۲	۴	پینچ یا قبل	پیچ ما قبل
۲۰۴	۱۰	پینچ والے	پیچ والے
۲۰۵	۱۲	وہان سے آڑے پینچ سینہ کے	وہان سے آڑے سینہ کے
۲۱۱	۴	اوپر سے پینچ مین اسے	اوپر سے پیچ مین سے
۲۱۴	۱۰	پیشانی کے پینچ مین	پیشانی کے پیچ مین
۲۱۷	۱۱	پلاسٹر ساختہ رمیڈ	پلاسٹر ساختۂ میڈ
۲۱۸	۱۳	Cat r	Castor
۲۱۹	۱۱	آدہ سیر بیف Beef Tea عمدہ۔	آدہ سیر بیف Beef عمدہ

صحیح	غلط	سطر	صفحہ
بچون کے پالنے مین	بچون کے پانی مین	۹	۲۲۰
بیف جوس	بیف جوش	۱۳	"
Rickets	Reckets	۴	۲۲۱
یا بلاٹنگ	یا بلا ٹنگ	۱۳	"
ریکیٹیس	ریکیٹس	۱۷	"
Rickets	Reckets	"	"
ایک چمچہ سے اُس کا	ایک چمچہ اُس کا	۵	۲۲۲
بکری کا پتلا گوشت	بکری کا پتا گوشت	۱۳	۲۲۳
بلینک	بلینگ	۱	۲۲۵
Blance-mange	Blanc -mange	۱	"
سا بچون مین جما دیا جائے	سا بچون مین دیا جائے	۱۲	"
Whey کو دہی	Whey کو دہے۔	۹	۲۲۷

غلطنامہ ضمیمہ سوم یعنی بڑا نقشہ جو آخر کتاب مین لگا ہے

(۱) بیماری نمبر ۱۲ پلیگ کے خانہ نمبر ۲ مین دوسری سطر مین Bubonic مختلف درج ہے۔ وہان پر لفظ مختلف نہین ہونا چاہیئے بلکہ یہ لفظ "مختلف" اُس سے آگے جو خالی خانہ چھوڑا گیا ہے خانہ نمبر ۳ مین ہونا چاہیئے۔

نمبر۲ - اسی خانہ مین نمبر۲ سیفٹی کینک کے بجاے (۲) "سیپٹی کیمک" ہونا چاہیئے - اسی طور سے نمبر۳ نیولونک کے بجائے نمبر۳ "نیومونک" ہونا چاہیئے -

ضمیمہ سوم کتاب انڈین ہوم نرسنگ

بیماری نمبر۲ مالٹا فیور کے مقابل خانہ نمبر۷ دوسری سطر مین ایک یا زیادہ دودہ کے ساتھ" کے بجاے" ایک یا زیادہ دور کے ساتھ" ہونا چاہیئے -

بیماری نمبر۳ ہیضہ کے مقابل خانہ نمبر۵ کی آخری عبارت یعنی پھر دودہ پڑنا خانہ نمبر۴ مین آگئی ہے - یہ خانہ نمبر۳ مین ہی ہونی چاہیئے تھی -

بیماری نمبر۲ چکن پاکس کے مقابل خانہ نمبر۹ مین چار سے ساتھ دن تک" کی بجائے" چار سے سات دن تک" ہونا چاہیئے -

تمام شد